



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG17382	ImageGroup:	I1KG17401
LCCN:	2003313733	ISBN:	n/a

Title:	གཏུང་བཙན་སྒྲ། gang+gA'i bzhad sgra/
Author:	n/a
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	dharamsala, district kangra, h.p.
Publisher:	college for higher tibetan studies
Date:	2001-
Volume:	18
Total Volumes:	25
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 5/2014



9090

9

གཞུང་པོ་བཞུང་པོ་

ལྷོ་མི་ལོན་ཐེངས་ལོན་བརྒྱད་པ།
ས་རྩ་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སློབ་གཉེར་ཁང་།



གསེར་མདོག་ཉི་མ་རྒྱལ་རིའི་ཐུག་ནས་ཡོལ་ཀྱང་།།
 ཏུང་རྒྱའི་འོད་སྤང་གར་རིའི་ཆེ་ནས་འཇུག་སོང་།།
 རེ་བ་འཇུག་གིས་ཁེངས་བའི་སྐར་ཆོག་ས་ཁྱ་མོས་།།
 མིག་རྩང་ཁྱེད་ལ་ཚུགས་ནས་གསོལ་འདེབས་བྱས་ཡོད།།

ཕྱི་ལོ་ལྷན་ཁག་གི་

Class No:

Acc. No. D: 111-1-16

Library (Serunari)

Calcutta, India



༢༠༡༠

སྤྱི་ལོ་ལྷན་ཁག་གི་འཇུག་པ།

སྤྱི་ལོ་ལྷན་ཁག་གི་

སྤྱི་ལོ་ལྷན་ཁག་གི་འཇུག་པ།

ཆེ་མོ་ལྷན་ཁག་གི་འཇུག་པ།

ཆེ་མོ་ལྷན་ཁག་གི་

འཇུག་པ། འཇུག་པ། འཇུག་པ།

ཆེ་མོ་ལྷན་ཁག་གི་ འཇུག་པ།

སྤྱི་ལོ་ལྷན་ཁག་གི་

ཚུམ་སྒྲིག་པའི་གཏམ།

དེ་ཡང་འགྲུར་སྒྲིག་པའི་དུས་ཚིགས་ཤིག་གི་སྒྲུབ་གཞུང་ནས་ང་ཚོས་འདི་ལྟར་ཁ་སང་གི་རོ་
བརྟན་ལྡན་པའི་འུ་ཚང་གི་གཏམ་རྒྱུ་སྒྲིང་རྩེ་མོ་དག་དང་དེ་རིང་གི་རྒྱང་གཅིག་འཕྲོག་གསུམ། སང་ཉིན་
གྱི་མེད་པ་ཚང་གི་བསྐོད་ལམ་རིང་མོར་བསམ་གྱིན་དངངས་འདར་ཞིག་ཤིག་གསེང་ནས་ཡོང་སྟེ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲིག་པ་
འཕམ་གྱིན་འདུག།

གང་ལྟར་ཡང་འགྲུར་བཞིན་པའི་དུས་རབས་ཀྱི་རྒྱག་བར་ནས་འགྲུར་མེད་ཀྱི་སྒྲིང་ཆུང་གསོན་པོ་
རི་ལྟར་གསུང་གྲངས་ཡང་ང་ཚོ་འཆི་ས་ནས་ལངས་ཐུབ་པར་བྱ་བྱ་ནི་ཁྱེད་དང་ང་། ད་དུང་འུ་ཚང་གི་མིང་
སྒྲིང་ཚོའི་འོས་འགན་ཉག་ཅིག་ཡིན་དུས། ང་ཚོས་ཅིས་ཀྱང་མི་རིགས་འདིའི་ཐུག་རྒྱུན་བརྟེན་གྱིན་སྟོན་
ཡིག་འདིའི་རིན་ཐང་སྒྲིང་དགོས་པས། ཚུམ་པ་པོ་ཚོའི་དགའ་སྟོ་ཆགས་སྒྲིང་གི་ཚོར་བ་རྒྱུན་པོ་སེམས་ཁ་
ནས་འཕྱར་ཏེ་སྒྲིག་ཅེ་ནས་བརྟེན་ཡོང་བ་ལྟག་བསམ་གོར་མོ་ཞིག་གི་མངར་ཁ་དང་། ཤ་རུས་ཤིག་ལ་
དུང་བའི་འདུ་ཤེས་ལོས་ཡིན།

དེ་བས་ཉིན་ཞག་དང་ལོ་རྒྱུ་ལ་ཡིད་ཆེས་དཀའ་ཡང་དགའ་འོས་པ་ཞིག་ལ་ཉིས་སྟོང་བརྒྱ་གཅིག་
མོའི་དེད་ཆང་གི་འདོན་ཐངས་བཅེ་བརྒྱུད་པའི་《གཏམ་འཁོར་སྒྲིག་པའི་ལུས་སྒྲིག་པའི་བར་ནས་ཁྱེད་ཅག་གི་མིག་
ལམ་དུ་བྱུང་རན་སོང་བས། འཆོམས་འདིར་བཤད་འདོད་པ་ཞིག་ལ་དེད་ཚུམ་སྒྲིག་ཚོགས་པས་ཀྱང་མི་
འཛོན་འཛོན་ཁུལ་གྱི་ལས་ཀ་འདི་མི་ལས་ཀ་མེད་བྱུང་། དེར་བརྟེན་དེད་ཚུམ་སྒྲིག་པ་རྣམས་ལ་སྒྲིག་སྟོབས་
ཀྱི་ཤེས་རབ་དང་སྒྲིང་སྟོབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན། ཚུམ་སྒྲིག་གི་ཉམས་སྒྲིང་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཞན་པས། སྒྲིག་
གཞི་དང་འཆར་འགོད་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ལ་ནོར་བ་རེ་ཤོར་ཡོད་ན། བཀའ་བློན་ཅན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་
པ་དང་བཅེ་ལྟན་གྱི་སྟོབ་ཐོགས་ཚོ། འོ་ད་དུང་ཚུམ་པ་པོ་དང་སྟོག་པ་པོ་རྣམས་ལ་ནམ་ཡང་བཟོད་གསེལ་
ལ།

ཚུམ་སྒྲིག་པས།

དཀར་ཆག །

བརྒྱམས་སྒྲུང་།

- ༡། ར་རུས་གསེང་གི་བཙེ་དྲུང་.....སྒྲིན་སྤང་མཛེས། འགྲན་རྩོམ་ཡང་དང་པོ། ༡
- ༢། སྒྲིཛེག་.....ཆེ་རིང་ཉི་མ། འགྲན་རྩོམ་ཡང་གཉིས་པ། ༢
- ༣། དངངས་སྒྲག་ལས་འབྲས་པའི་བཙེ་དྲུང་.....བསམ་གཏན་གྱི་མཆོ། ༡༤

སྒྲན་ངག །

- ༡། སྒྲན་ངག་པ་ཡིད་དམ་ཆེ་རིང་གི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་.....ངག་དབང་ཚུལ་ཁྲིམས། འགྲན་རྩོམ་ཡང་དང་པོ། ༡༠
- ༢། ཟད་ཀྱིན་པའི་བྲངས་ཁྲག་.....སྒྲོལ་དཀར་ཆེ་སྒྲིད། འགྲན་རྩོམ་ཡང་གཉིས་པ། ༡༤
- ༣། ཟད་ཀྱིན་པའི་བྲངས་ཁྲག་.....དགོན་མཆོག་གྱི་མཆོ། འགྲན་རྩོམ་ཡང་གསུམ་པ། ༡༩
- ༤། སྒྲན་ག་གི་གཏམ་གྱིད་.....སྒྲོ་བཟང་མཁུན་བཙེ། འགྲན་རྩོམ་ཡང་བཞི་པ། ༢༡
- ༥། ཕྱིར་བྲན་གྱི་ལོ་ཁྲོ་.....སྒྲོ་བཟང་གྱི་མཆོ། འགྲན་རྩོམ་ཡང་ལྔ་པ། ༢༣
- ༦། མི་མཛོན་པའི་དྲངས་སེམས་.....འབྲོག་རྩེ་ཆོས་དར། ༢༥
- ༧། པ་མར་སྒྲིངས་པ་.....དཀར་མོ། ༢༦
- ༨། མིའམ་ཆེར་མ་.....གཟི་མིག་དགུ་པ། ༢༧
- ༩། མ་རྩོམ་བྱ་མའི་སྒྲོས་གར་.....བཀའ་ཤིས་དཔལ་སྒྲོན། ༣༩

༡༠། བསྟོད་དབངས་ཁྱ་བྱག་དབྱེས་སྒྲུ་.....	བསྟན་འཛིན་བསོད་ནམས།	༣༩
༡༡། ཁྱེད་བན་དུས་.....	བསྟན་འཛིན་དགེ་ལེགས།	༤༡
༡༢། ཨ་མ་དང་དབུ་སྐྱ་ཀླང་གཅིག་.....	བསྟན་འཛིན་བཟ་ཤིས།	༤༢
༡༣། སྒྲིའི་འཁྲངས་སྐར་གྱི་དགའ་དབངས་.....	ཆེ་དབང་བྲགས་པ།	༤༤
༡༤། དུ་ཕྱག་གི་སྒྲི་ངལ་.....	དབང་བུ་མོ།	༤༥
༡༥། ཀ་ཚོམ་ཡིད་གྱི་གདུང་བ་.....	ངག་དབང་བཙུན་འབྲས།	༤༦
༡༦། སེམས་གྱི་ན་རྩུང་མར་ཕྱལ་བའི་འཕྲིན་ཡིག་.....	བྲམས་པ་རྒྱལ་མཆོ།	༤༧
༡༧། སེམས་འཕྲིན་དམར་པོ་.....	དོ་ཇི་སྒྲིད།	༥༠
༡༨། ཆེག་ལབ་.....	དོན་གྲུབ་སྒྲིད།	༥༢

དབྱད་ཚུམ།

༡། བོད་གྱི་སྒོལ་རྒྱན་རིག་གནས་གྱི་དགེ་མཆོན་སྐྱེད་བའི་གཏམ་ཉི་གཞིན་བསུ་བའི་སྒྲུ་རིངས་.....		
.....	ཆབ་མདོ་བྲམས་པ་ལོ་རྒྱལ། འབྲན་ཚོམ་ཨང་དང་པོ།	༥༤
༢། མི་རབས་གསར་བ་རྣམས་རྒྱལ་གཅེས་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྲིད་སྤིང་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་དང་ལག་ལེན་.....		
.....	གཟུངས་འདུས་སྒྲིད། འབྲན་ཚོམ་ཨང་གཉིས་པ།	༥༥
༣། རྒྱལ་དར་གྱི་སྒྲོར་.....	བསྟན་འཛིན་བཟ་ཤིས།	༥༠

བསྐྱར་ཕྱི་མ།

དབྱིན་ཇི་འི་བསྐྱར་ཕྱི་མ།

- ༡། དབང་ཅའི་ཕྱང་སྒྱུ་བ། བཅེ་བ། རྒྱུ་འཁྱེད་མོ་.....བསྐྱར་འཛིན་ནོར་འཛིན། འགན་ཚུམ་ཨང་དང་པོ། ༥༤
- ༢། རྒྱུ་བཅུད་ཉིན་འབྲེལ་རིག་པ་དང་འགྲོ་བ་མིའི་སེམས་ཁམས་.....
.....ཆེ་རིང་འཕྲིན་ལས། འགན་ཚུམ་ཨང་གཉིས་པ། ༥༥
- ༣། སྒྱུ་ཅུལ། མཛེས་སྤྱད། གསར་བཏོད་.....ལྷག་པ་བདེ་སྤྱད། འགན་ཚུམ་ཨང་གསུམ་པ། ༥༦

ཁྱུ་ཡི་ག་བསྐྱར་ཕྱི་མ།

- ༡། ཁྱུ་ནག་གིས་གླེང་བའི་བོད་ཀྱི་ཞིང་བླ་བླ་གསལ་ཉིན་མོ་.....
.....གཉིན་བྱང་ཕྱན་ཆོགས། འགན་ཚུམ་ཨང་དང་པོ། ༥༧
- ༢། སྒྱུ་འཕྲུལ་གྱི་མདའ་.....གསེར་འོད་བསྐྱར་འཛིན། འགན་ཚུམ་ཨང་གཉིས་པ། ༥༨
- ༣། གལ་ཏེ་བདག་ལ་ཉིན་གསུམ་འོད་སྤང་ཉེར་ཆེ་.....ཆབ་ལྷོ་གཡུ་སྒྲོན། འགན་ཚུམ་ཨང་དང་པོ། ༥༩

ལྷག་ཕྱི་མ།

- ༡། ས་ཡུལ་.....བསྐྱར་ནམ་ཁྱུལ། ༡༠༩
- ༢། དཀོན་མཆོག་ལ་གཏམ་ཞུ་བྱ་ཡོད་ན་.....བསྐྱར་འཛིན་ཉི་མ། ༡༡༡
- ༣། འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱོད་ཚུལ་ངོ་མ་ལ་རྒྱས་ལོན་བྱས་པ་.....རྡོ་མེ་འབར། ༡༡༣
- ༤། ཨ་མ་བླ་བའི་སྤྱོད་གཏུང་.....རིག་འཛིན་སྒྲོན་ལམ། ༡༡༥
- ༥། ཨ་མ་ལགས་.....སྒྲོ་བློས་རྒྱལ་མཆོག། ༡༡༦
- ༦། དེ་གོང་རྒྱང་རྒྱང་.....ཆེ་རིང་བཀའ་ཤིས། ༡༡༧
- ༧། མ་ཡུལ་ལགས་གངས་ལྗོངས། ཡལ་མི་སྤུང་བའི་ན་རྒྱལ་.....ཡེ་ཤེས་བསམ་གཏན། ༡༡༩

ལ་རྩལ་གསེང་གི་བཅེ་དྲུང་།

སྒྲིག་སྒྲུབ་མཛེས། རིག་གནས་གཉིས་ལ།

བཅེ་དྲུང་རྣལ་མ་ནི་ནམ་ཡང་སེམས་འོ་དང་སེམས་འོ་སྒྲུབ་བ་ལས་ཐོན་བ་ཡིན་ཟློན། བན་ཚུན་
ཡིད་ཆེས་ནི་དུས་ནམ་ཡང་བཅེ་དྲུང་དེ་སྒྲེལ་བྱེད་ཀྱི་སྤང་བྱ་ཡིན།

༼ཆེ་བྱུང་གིས།༽

གཅིག

དུས་ཆོག་ལ་དེ་ནི་ཁ་བྱུག་གི་བྱེ་འགྱུར་སྒྲུབ་ཞིང་ས་གཞིའི་ལྗང་མདོག་གི་ལྷ་བ་མནལས་བའི་
དབྱིད་དུས་ཤིག་རེད། རངས་མོ་དེར་གནས་འོ་སྒྲིབ་དྲངས་ལ། ཁྱི་གདུགས་ཉི་མའི་འོད་སྒྲུབ་
ཡང་སྒྲུབ་གྲུབ་ཞིའི་ཁ་ཚུབ་ལས་འཕྲོ་བཞིན་འདུག སྐབས་དེར་སྒྲུབ་པེ་མགྲོགས་པོར་འཕྲོ་
དེ་རིང་ཞོར་བྱུ་མ་འགྲམ་དུ་འཆོ་དགོས་ཞེས་ཨ་ཅེས་ཐེངས་འགར་བོས་བྱུང་། ངས་ཨ་ཅེའི་
སྐད་ཆ་དེ་གོ་མ་ཐག་སེམས་སུ་སྒྲོ་བས་ཁེངས། རྒྱ་མཚན་མ་འགྲམ་ནི་ཨ་ཅེ་དང་པོ་གཉིས་
ཀྱི་ཅེད་ར་བསྐྱེགས་ས་དང་རྗེ་གྲོགས་པོ་མོ་ཆོས་མཉམ་དུ་ཅེད་འཛོར་རོལ་ས་ཡིན་བས་སོ། ང་
མགྲོགས་པོར་ལྷས་རྒྱར་སོང་སྟེ་ཞོར་རྣམས་ལྷས་རྒྱ་ནས་བྱིར་ཕྱད་བ་ཡིན། ཨ་ཅེས་བྲེལ་བྲེལ་
འཚུབ་འཚུབ་ངང་གཤམ་གཤམ་གྱི་ཐོ་ཞོན་ཉེ་ཞོར་བྱུ་མའི་རྗེས་འདེད་བཞིན་འདུག ། ཨ་མས་ཀྱང་འབྲི་
མོ་རྣམས་བཞོས་ཆར་ཉེ་ལྷས་རྒྱ་ནས་བྱིར་བཏང་སོང་། ངས་ཀྱང་གཤམ་གསེར་ཐོ་ཞོན་ཉེ་ཨ་ཅེ་
དང་མཉམ་དུ་ཞོར་བྱུ་དེད་དེ་མ་འགྲམ་དུ་སོང་བ་ཡིན། མ་འགྲམ་དུ་བསྐྱེབས་དུས་མ་ཚུ་ནི་གཤམ་
འགྲུག་སྒྲོན་མོ་ཞིག་ད་སོ་མ་གཉིད་ལས་མད་བ་ལྷར་སྒྲོད་ཀྱིས་བཞུར་གྱིན་བཞུར་གྱིན་ཡོད་ལ།
ང་དྲུང་རེ་བྱུང་ཡང་སོས་དལ་བག་ཐེབས་ངང་ཚུར་བསྐྱེལ་བཞིན་འདུག ཞོར་བྱུ་ཡང་སྒྲོ་ལྗང་
གི་རྩ་ཐང་དུ་བག་སྒྲོད་པོའི་ངང་གཟན་རྩ་རོལ་བཞིན་འདུག ང་མེ་ཉོག་སེར་ཆེན་སྒྲུ་ཆོགས་
བཞད་པའི་གནས་ཤིག་ཏུ་སོང་སྟེ་མེ་ཉོག་སེར་ཆེན་པོ་ཞིག་བསྐྱེས་ཉེ་གཅིག་སྒྲེར་གཅིག་
མཐུད་ནས་ཨ་ཅེ་ལ་སྟེ་རྒྱན་གྱི་ཚུལ་དུ་བསྒྲོན་བ་ན། ཨ་ཅེའི་མིག་ལ་སྒྲར་མེད་ཀྱི་བཅེ་འདང་
ཞིག་འཕྲོ་ཞིང་། དཀར་ཞིང་དམར་མདངས་བཟུང་བའི་གདོང་ལ་སྒྲོ་ཉམས་ཤིག་ངང་གིས་ཤར།
ད་དྲུང་ཚུང་གཟེངས་མཐོ་བའི་སྒྲེའི་འོག་ཏུ་ཚུང་ཞིང་དམར་བའི་མཚུ་སྒྲོས་སོགས་འོ་མ་རྩ་ཐང་
གི་གཞོན་ལྷ་མ་ཞིག་གི་ལང་ཆོའི་སྟེག་ཉམས་ཡོངས་སུ་མདོན་ལ། བལྷས་ཆོད་ལ་ཡིད་དབང་
འཕྲོག་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད། སྐབས་དེར། ཨ་ཅེས་ཁ་ཚུང་མིག་བྱུང་བྱུང་ཅམ་ཡང་མི་འགྲུལ་བར་
རྒྱུང་རིང་དུ་ལྷ་ཚུལ་ལ་བལྷས་ན་པལ་ཆེར་སེམས་ཁོང་གི་སྒྲིང་སྒྲུག་གང་ཞིག་ལ་རེ་སྒྲུག་བྱེད་
བཞིན་ས་དང་མཚུངས་ཨ་ཅེ། བྱེད་ཀྱིས་སུ་ཞིག་ལ་སྒྲུག་བཞིན་ཡོད། ཁ་སང་དུས་ཆད་འདྲ་

བྱས་པ་མིན་ནམ།” ཨ་ཅེས་གདོང་མདོག་ཅུང་དམར་པོར་གྱུར་ཞིང་འཇུག་ཅམ་གྱིས་མགོ་པོ་
ཐང་ཁར་སྤྲད་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་མེ་ཉོག་གི་སྒྲིལ་ལ་ལག་པས་རེག་ཅམ་བྱེད་ཁུལ་ལ་བཞུགས་ན་
པལ་ཆེར་སེམས་ཁོང་གི་སྤྲོ་སྤྱད་དེར་དུས་ཆད་བྱས་ཟེན་པ་ཐག་གིས་ཆོད།

གཉིས་པ།

ཁྱི་གདུགས་ཉི་མ་ཡང་ཤར་རིའི་ཅེ་ནས་འཕགས་ཏེ་རྩ་ཐང་དུ་འོད་ལམ་ལམ་དུ་འཆར་བཞིན་
འདུག ཅུང་ཐག་རིང་བའི་ས་ན་ཞོར་ཁུ་ཞིག་ནག་རབ་རིལ་ཏུ་དེད་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་གཟུགས་
ནས་འདྲེད་ཡོང་ལ། རྩེ་པོ་དེ་ཡི་གི་སྒྲིལ་ལ་ཉན་ན་པལ་ཆེར་པོ་གསར་ཞིག་ཡིན་པ་འདྲ། “ཨ་
ཅེ་གན་སུ་ཆང་གི་ཞོར་ཁུ་རེད།” “ཏྲ་མ་གྲིན་ཆང་གི་ཡིན་པ་འདྲ།” ཞེས་སྒྲ་མ་བྱུང་དུ་རྒྱུ་ལྟ་
བྱས། ཞོར་ཁུ་དེ་སྐར་མ་ཁ་ཤས་རྩེ་ལ་དེད་གཉིས་ཀྱི་གམ་དུ་བསྐྱེབས་བྱུང་། “ཨོ། ཉི་མ་མ་
རེད་དམ” “རེད་རེད་” ཨ་ཅེས་གདོང་ལ་སྤར་མེད་ཀྱི་སྒྲོ་བ་ཞིག་རྒྱས་བཞིན་ཉི་མའི་ཕྱོགས་
སུ་བཞུགས། སྤྱིར་ཉི་མ་ནི་ཨ་ཅེའི་བྱིས་དུས་ཀྱི་རྩེ་ཕྱོགས་ཡིན་ལ། ཁོ་ཁྱི་མ་ཆང་དཔུལ་པོ་ཞིག་
གི་བྱ་བྱུག་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་གདོང་གི་ཤ་མདངས་སྒྲུག་ལ། མིག་ཟུང་ཆེ་བ། སྒྲ་ཅུང་ཆེ་ལ།
གནག་སྒྲུམ་གྱི་སྒྲ་མོ་རིང་པོ་ཐག་སྤེད་དུ་བསྐྱེབས་པས་པར་བཞུགས་ཆོད་ལ་པོ་ཉམས་དོད་ལ་
ཡང་ཆོ་དར་ལ་བབ་པ་ཞིག་ཡིན། ད་དུང་གོ་ཐོས་སུ་ང་ཆོའི་སྤྱོད་བའི་བྱ་མོ་མང་པོ་ཁོ་ལ་དགའ་
ཡང་ཁོས་དེ་དག་ལ་ཁ་ལ་མི་བྱེད་པར་ནས་རྒྱན་སྤྲོད་གཏམ་སྐྱོང་ས་ནི་ཨ་ཅེ་གངས་མཛེས་
གཅིག་དུ་ཡིན་རབས་སོགས་གོ་ཁྱོད། ཐེངས་འདིར་ཡང་ཁོ་དེད་གཉིས་ཀྱི་གམ་དུ་བསྐྱེབས་
མ་ཐག་སྤྲོད་པེ། ཁྱེད་བདེ་མོ། ཁྱེད་གཉིས་ཅི་འདྲའི་མགྲོགས་པ་ལ་” ཞེས་རྒྱར་མིག་གིས་ཨ་
ཅེས་གདོང་ལ་ལྟ་བཞིན་བཅེ་བའི་མིག་ཟུང་ལ་དུང་བའི་མདངས་ཤིག་གསལ་པོར་མཛོན་འདུག
ངས་ཀྱང་”ཉི་མ། ཁྱེད་བདེ་མོ། དེ་རིང་མ་འགྲམ་འདི་ལྷ་ཅག་ལ་དབང་བ་རེད་”ཅེས་ཁོ་གཉིས་
ཀྱི་གསང་བ་ཉོགས་ཁུལ་བྱས་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་ཉི་མས་ཀྱང་འགོག་མེད་ཀྱི་བཅེ་དུང་བྱི་རུ་
སྤོན་བྱིས། ལ་གཞས་ཤིག་ལེན་མགོ་ཚུགས་སོང་། ཞེ་མ་བྱུན་པའི་རོགས་དང་དེད་གཉིས་ཀས།
ཆོག་དོན་ལ་བསྐྱེད་ནས་ལ་གཞས་འཐེན། ཆོག་མགོ་མ་ཐུ་མའི་ངག་ལ་བཀྲུག་ཆོག་རྒྱུ་མ་
སྤྲོད་མོད་ཆོན་ཆེན་རེད། ཆོག་གཞི་མ་སེམས་གཏམ་ནལ་མ་རེད། ཆོག་འདི་ཆོ་བ་ཤད་དང་བྱིན་
ཆད་ལ། ཞེ་སྤང་བ་མ་བྱུན་པའི་དམ་བཅའ་ཡོད། སྤྱིད་མི་ཆོ་མཉམ་དུ་སྐྱེལ་འདོད་ཡོད། སྤྲོན་
མོ་ངག་གི་འཁྱུར་ཁུགས་ལ་བྱངས་ནས་ཨ་ཅེའི་ཕྱོགས་སུ་ལ་གཞས་དེ་སྤངས་པ་ན། ཨ་ཅེའི་
གདོང་ལ་བཅེ་བའི་འཇུག་གིས་ཁེངས་ཏེ་ལག་པས་འགྲམ་པ་བསྐྱོར་ཏེ། རོགས་རྒྱུང་ལོ་མཆོ་
ཁའི་ངང་བ་རེད། ཆོག་བཤད་ནོ་རྒྱ་དང་ལོ་མ་རེད། རོགས་ཁྱེད་དང་འགྲོགས་པའི་བྱིན་ཆད་
ནས། ཆོ་གཅིག་གི་སྒྲིལ་བྱེད་འདོད་ཡོད། རོགས་མ་འགྲོགས་མིག་ལ་ཡག་ནོ་ཁྱེད།

འགྲོགས་བཏང་ན་སྤང་བ་མ་ཐུན་ནོ་རེད།། སྤེ་ཆེན་པོའི་ཆེད་རྩེ་ནང་ལོགས་ནས།། ཁྱེད་ཁོ་ན་
 ཁོ་མོའི་སྤྱང་སྤྱག་ཡིན།། ཞེས་གདངས་མཐོ་ལ་སྟོན་པའི་དག་དང་འགྲོགས་ནས་པན་ཚུན་ལ་ལ་
 གཞས་རེ་གཏོང་བཞིན་ཉི་མའི་ལག་པར་འཇུས་ནས་དལ་བྱར་མ་འགྲམ་དུ་སྐྱོད་པ་ན། བསེལ་
 འཇམ་གྱི་རྒྱུད་བྱས་ཀྱང་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་གདོང་ལ་སྤར་མེད་ཀྱི་བདེ་ཆོར་ཞིག་སྟེར་བཞིན་ཡོད་ལ།
 འདི་ལྟར་ལང་ཆོ་དར་ལ་བབ་པའི་གཞོན་ནུ་ཕོ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་སེམས་དང་སེམས་པའི་བརྩེ་
 དུང་རྩ་ཐང་གི་པང་ཁ་ན་ལྷང་སྤྱག་བཞིན་འབྱས་བཞིན་ཡོད།

གསུམ་པ།

མོ་མ་སེར་པོའི་འཕྱར་ལྗེད་གོད་པའི་སྟོན་དུས་ཀྱི་ས་སྤོད་ཅིག་ལ། ཨ་ཅེ་དང་ཨ་མ། དེད་ཅག་
 གིས་ལྷས་རའི་ལས་ཀ་བྱའི་ཉེ་ནང་དུ་ལོག་དུས། ཨ་པ་རྫོང་ཐོག་ནས་བསྐྱེབས་འདུག་ལ།
 ཐེངས་འདིར་རྒྱས་མེད་ཀྱི་མི་གཉིས་ཀྱང་ཁྱིད་ནས་བསྐྱེབས་འདུག ཨ་པའི་གདོང་ལ་འཇུམ་
 ཀྱིས་ཁེངས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ན་པལ་ཆེར་དགའ་འོས་པའི་འཕྲིན་བཟང་ཞིག་ཡོད་པ་འདྲ། ང་ནང་
 ལ་སྐྱེབས་དུས་ཡར་བལྟས་ཅམ་གྱིས་དེ་ཐོག་ན་ཆང་དམ་བྱ་གང་ལ་ཁ་བཏགས་ཤིག་བཏགས་
 ནས་བཞག་འདུག ཨ་པས་མཐོན་པོ་གཉིས་ལ་ཤ་མར་བྱད་གསུམ་གྱི་མཐོན་ཁམམ་སྟེ་ལེན་
 བྱེད་བཞིན་པར་བལྟས་ན་ཐེངས་འདིའི་མཐོན་པོ་གཉིས་ཀ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་རྟོགས་
 བྱུང་། ང་ཆོ་ནང་ལ་བསྐྱེབས་ནས་ཚུང་འགོར་རྗེས་ཨ་པས་གཤམ་མགོ་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་མགོ་
 ཚུགས་སོང་“དེ་རིང་གི་འགྲུལ་པ་གཉིས་ཀ་དོ་སྤྱོད་ཅམ་ཁྱེད་ཀྱི་གོང་དུ་འདུག་མཁན་དེ་ནི་
 ལྷག་པོ་མང་དུ་གྲགས་པ་དབང་ལྷག་རེད། འོག་མ་དེ་ཁོང་གི་བྱ་རྒྱུད་བ་རེད། ཁོ་གཉིས་ད་
 ཐེངས་ཡོང་དོན་ནི་བྱ་མོ་གངས་མཛེས་བསྐྱང་ཆེད་རེད”ཅེས་བཤད་མ་ཐག་ཨ་ཅེའི་ངོ་མདངས་
 འཕྱར་སོང་ལ་མགོ་བོ་བྱང་ཁར་སྐད་ནས་འདད་རྒྱག་གི་ནང་དུ་ལྷང་སོང་། དེ་ནས་ཨ་པས་ལྷ་
 མ་ཐུད་དུ་བཤད་རྒྱུར། “སྤྱིར། བྱ་མོ་གངས་མཛེས་། དེད་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཆེ་འདིའི་ལག་ཉེན་
 དང་ཕྱི་མའི་ལྷལ་སྤང་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་ལོ་འདི་དག་ལ་མོ་སྤོང་མཁན་མང་ལ། དེ་དག་ལས་
 དབང་ལྷག་ཆང་ནི་རྒྱ་འཁྱོར་བ་ལྷག་ལ། མི་གཞིའི་ཁྱོགས་ནས་ཀྱང་སྐད་གྲགས་ཡོད་པས།
 གངས་མཛེས་དེ་རིང་ནས་ཁོ་ཆོ་ལ་སྤྱིན་རྒྱ་ཐག་བཅད་པ་ཡིན་”ཟེར། སྐད་ཆ་དེ་ཆེར་མ་བཞིན་
 ཨ་ཅེ་དང་ཨ་མ། དེད་ཅག་གི་སྤྱང་ལ་ཐུག་བྱུང་མོད། འོན་ཀྱང་ཨ་པའི་བཀའ་བརྒྱུག་
 མ་རྒྱས་པར་ཆང་མས་མགོ་བོ་སྤྱད་ནས་ཉན་འདུག་པ་ལས་ཐབས་གཞན་མ་མཆིས། དེ་ནས་
 རྒྱས་མེད་ཀྱི་མི་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་པན་ཚུན་གྱི་གདོང་ལ་ལྟ་བཞིན་མཐར་གོང་མ་དབང་ལྷག་
 དེས་“ངོ་མ་བཤད་ན། ཁྱེད་ཆོའི་བྱ་མོ་ལ་སེམས་ཁྲལ་ཅི་ཡང་བྱ་དགོས་པ་མ་རེད། ང་ཆོ་ས་
 མོ་ལ་གང་སྤྱོད་གང་བདེ་བྱེད་ནས་འདུག་ཏུ་འཇུག་པ་ལས་དཀའ་སྤྱག་ལ་ནམ་ཡང་གཏད་མི་

སྤྱི་ཚུལ་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་བཞད་སོང་། ཨ་ཕས་ཡིད་ཆེ་མས་པའི་ནུས་འགྱུར་གྱིས་མགོ་
 བོ་ལྷེ་མ་ཙམ་བྱེད་བཞིན། དེས་ན་"བཟུངས་དུས་བཟང་གི་ཉིན་མོ་ཞིག་ལ་བསྐྱུ་བྱ་ཤོག་དང་
 ང་ཚོའི་བྱ་མོ་ལ་གོ་ན་པ་སོགས་བྱ་སྤྱི་བྱེད་དེས་"ཟེར་ནས་ཨ་ཙེ་དེ་ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་གཉིན་
 རྟགས་བརྒྱབས་ཟེན་ལ། ཨ་ཕས་ཐག་གཅོད་ཀྱི་སྐད་ཆ་དེ་དག་གིས་ཨ་ཙེ་དང་ཉི་མའི་རང་
 དབང་གི་བཅེ་དུང་སྐད་ཅིག་གིས་བཅོམ། ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་། ཨ་ཙེ་སྤྱི་བྱ་གི་སྤྱི་དག་རྒྱན་
 མི་ཆད་ལ་ཉི་མ་དང་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་བཅེ་དུང་གི་བརྒྱད་རིམ་ལ་བྱིར་བྱ་རེ་བྱེད་བཞིན་ཉིན་མོ་
 ཟས་མི་བྱ་ལ། མཆན་མོ་གཉིད་ཀྱང་མི་ཁྲག་པར་ཉིན་མཆན་དུ་མར་འགོར་སོང་། ཡིན་ན་
 ཡང་ཨ་ཕས་ཐག་གཅོད་ལ་ང་ཚོ་སྤྱི་ཚུལ་ཡང་ལ་ལན་བྱེད་མི་ཤོད་པས། མཐར་ཨ་ཙེ་སྤྱི་བྱ་
 མིག་རྒྱ་དང་སྤྱི་གཏམ་གྱི་སྤོང་ནས་གནས་ཡུལ་མི་འགྲིམས་ཀ་མེད་བྱུང་།

བཞི་པ།

ཨ་ཙེ་འདི་ལྟར་མི་འདོད་བཞིན་གནས་ཡུལ་འགྲིམས་པ་ནས་ཉི་མ་ཡང་དེས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་
 སེམས་ནད་བྱུང་སྟེ་སྤྱན་ཁང་དུ་ཉལ་ཡོད་པའི་སྐད་ཆ་དག་ཀྱང་མི་ཁའི་རྒྱུད་དམར་བརྒྱད་ནས་
 རྩ་རྩར་བསྐྱེད་པས་ཡོང་། དེ་ལྟར་ཨ་ཙེ་གནས་ཡུལ་འགྲིམས་པའི་རྒྱ་གཉིས་འགོར་བའི་ཉིན་མོ་
 ཞིག་ལ་ཨ་ཙེ་གངས་མཛེས་གནས་ཡུལ་ནས་བོར་ཞིང་ཉི་མ་སྤྱི་བྱར་དུ་སྤྱན་ཁང་ནས་བོར་བའི་
 དོན་རྒྱུན་ཞིག་རིམ་གྱིས་རྩ་རྩར་འཆངས་བྱུང་། ཨ་ཕ་དང་སྤྱི་བྱ་མི་རྩམས་ཆ་ཆ་ལྷུར་ལྷུར་
 ངང་སྤྱོད་པས་བཞི་མཆམས་བརྒྱད་ལ་བཅའ་ཉུ་བྱིན་སོང་། ཡིན་ན་ཡང་། སྤྱི་ཚུལ་ཡང་དོ་སྤྱད་མི་
 བྱེད་པའི་ཁུ་སིམ་སིམ་གྱི་རྩ་འགྲམ་དེ་ན། གངས་མཛེས་དང་ཉི་མ་གཉིས་སྤྱི་བྱ་གྲོས་ཆོད་
 ལྟར་འཛོམས་ཤིང་། "ངོ་མ་བཞད་ན་ལྷུ་གཉིས་ཁ་ཁར་བྲལ་ནས་རྒྱ་བ་དེ་དག་རིང་ལ་ད་གནས་
 ཡུལ་ནས་ཞིམ་པོ་ཟས་ལ་རོལ་འདོད་མེད་ལ། མཆན་མོར་གཉིད་ཀྱང་མི་ཁྲག་པས། གནས་
 ཡུལ་ན་ཟས་གོས་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མེད་ཀྱང་ཁྱོད་གཅིག་ཤུའི་ཉིན་མཆན་དུ་བྱ་བེད་ས་
 རེར་ང་ངོ་མ་འཆོ་འདོད་མི་འདུག"ཅེས་གངས་མཛེས་ཀྱིས་སེམས་ཁོང་གི་སྤྱི་བྱ་བཟུང་མ་
 ལུས་ཉི་མ་ལ་བཞད་བཞིན་ཉི་མའི་པང་ཁར་མགོ་བོ་བསྐྱེས་ནས་དུ་བཞིན་འདུག། ཉི་མས་
 ཀྱང་"ཁྱོད་དང་བྲལ་བ་ནས་ང་ལ་སེམས་ནད་བྱུང་སྟེ་སྤྱན་ཁང་དུ་རྒྱ་བ་གཉིས་སྤྱི་བྱ་ལ་ཉལ་བ་
 ཡིན་ལ། ལྷུང་བྲག་རྩེས་རྩ་འགྲམ་དུ་འགྲོ་བེད་ས་རེར་ཁྱོད་བྲག་འོངས་ལ། ལྷག་པར་དུ་རྩེ་
 བོ་མོ་མོ་རེ་བྱུང་མཉམ་དུ་འགྲོ་བ་མཐོང་ཆོ་ངའི་སྤྱི་བྱ་ལ་བཅོད་དཀའ་བའི་ན་རྒྱག་སྤྱི་བྱ་"ཞེས་
 མིག་རྒྱུད་ནས་མཆི་མའི་ཐིགས་པ་རེ་རེ་མཁུར་ཆོའི་བརྒྱད་ནས་གངས་མཛེས་ཀྱི་མགོ་ཐོག་དུ་
 ལྷུང་བཞིན་ཡོད། གངས་མཛེས་"ང་ངོ་མ་ཁྱོད་དང་མཉམ་དུ་འཆོ་མ་རྒྱབ་ན་གི་ན་དགའ་"ཞེས་
 ཉི་མས་དམ་བོར་འཐམ་ནས་འདུག་ལ། ཉི་མས་ཀྱང་"ཁྱོད་མེད་ན་མི་ཆོ་འདིར་འཆོ་བ་དོན་མེད་

ཕན་ཚུན་སྤྲོ་རྒྱུ་ཡིས་དཔེ་ལོ་བཅེས་ཏེ་མཐུན་པ་ད་དུང་གོ་ལ་མི་འདུག འདི་ནི་དེ་རིང་
 ཞོགས་པ་རྩ་བུ་སྤྲོ་བའི་རྩེ་པོ་ཞིག་གིས་མཐོང་བ་རེད་"ཅེས་ཨ་པས་དོན་རྒྱུན་རེ་རེ་བཤད་
 བཞིན་མིག་མཐའ་མཆི་མས་ཁེངས། ཨ་པས་སྐད་ཆ་དེ་དག་གོ་མ་ཐག་ཅན་མེད་དུ་བརྒྱལ་
 མོང་། ངས་ཀྱང་ཨ་པ་སྐྱོར་བཞིན་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་དོན་རྒྱུན་ལ་བསམ་གཞིག་གཏོང་གིན་གཏོང་
 གིན་སྤྲོ་ལ་གྱི་ཡིས་བསྐྱེད་པ་ལྟར་བཟོད་མི་བྱུང་བར་ཨ་པར་འཐམས་ཏེ་བྲག་ས་ཀྱིས་དུས་པ་
 ཡིན། ཨ་པས་བྲེལ་འཇུག་ངང་གྲུ་བ་ཆོ་ནང་ལ་བྱིད་དེ་ཤི་ཆོས་ཀྱི་ཞབས་རིམ་སྐྱབ་པའི་འགོ་
 ཚུགས་མོད། འོན་ཀྱང་གྲུ་བ་ཆོས་ཀྱང་ཡང་བའི་དོན་རྒྱུན་དེ་ལ་རྒྱུ་རྩེ་སྤྲོ་བཞིན་མིག་ཟུང་
 མཆི་མས་ཁེངས་ཏེ་རེ་ཞིག་ལ་ཏ་ལས་ཤིང་ཏང་སངས་པར་གྲུབ། ཨ་པ་ཅུང་སད་དུས། ཨ་
 པས། "བྱིད་ཀྱིས་རྒྱ་ཆེན་དཔོན་པོ་ཆོའི་ངོ་སོ་སྤང་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤོ་ཁྲག་ལས་ཆད་པའི་
 བྱ་མོ་དོན་མེད་དུ་བརྒྱགས་པ་རེད་" ཅེས་འཁང་རའི་ཆོག་མང་པོས་ཨ་པར་འཛིང་མོད། འོན་
 ཀྱང་། ཨ་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་ནོར་འབྱུང་ལ་འགྱོད་པ་སྤྲོ་བཞིན་ཆོས་བསྐྱབ་པའི་ལས་ལ་གཞོལ་
 བ་རེད། དོན་རྒྱུན་དེ་མི་ཁ་བརྒྱད་དབང་ལྷན་ཆང་གི་གོ་བ་ན་ཁོ་ཆང་ཡང་འགྱོད་གཏུང་ཐག་
 པོས་མཐར་ཏེ་ཉིན་མཆན་དེའི་མེད་དུ་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཆོས་བསྐྱབ་པའི་ལས་ལ་གཞོལ་
 བ་རེད། ཡང་ཞིང་ཡིད་སྤྲོ་བའི་དོན་རྒྱུན་དེ་སྤྲོ་བའི་མི་རེ་རེའི་ན་ཅར་སྤང་དུས་སེམས་སྤྲོ་བའི་
 མིག་ཚུ་མི་འཐོར་མཁན་མེད་ལ། སྤྲོ་རྩེ་ནས་མ་ཉི་མི་འདོན་མཁན་ཡང་གཅིག་ཀྱང་མེད།
 ཨོ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྒྱུ། ཨོ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྒྱུ། ཨོ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྒྱུ། ཨོ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྒྱུ།

མཐུག་གཏམ་དང་རེ་སྐྱུལ།

འདི་ནི་ཐོབ་དང་གོ་ས་དམིགས་པའི་བཅེ་རྩུན་དེ་མིན་ལ། ཤོག་སྒྲོར་གྱི་རྩམས་ཁ་ན་འཁོར་
 བའི་པོ་མོའི་བཅེ་དུང་དེ་བས་ཀྱང་མིན། འདི་ནི་མདོ་སྤང་ས་ཆར་དངོས་སུ་བྱུང་བའི་སྤྱང་
 ཞིག་ཡིན་ལ། སྤྱང་འདིའི་རྒྱབ་ས་ཆེ་བའི་གནམ་འོག་གི་པོ་མོའི་བཅེ་དུང་མཆོན་པར་བྱས་
 ཡོད་ལ། འགྱུར་མི་སྤྲོད་པའི་བཅེ་དུང་གི་མདུད་པ་མདོན་པར་གསལ་ཡོད། ད་དུང་ལྷན་མེད་
 པའི་ཤོ་གསེང་རུས་གསེང་གི་བཅེ་དུང་ངོ་མ་ཞིག་རྩེན་པར་དོད་ཡོད། རོ་མ། ལས་
 དང་རྒྱ་འབྲས་བཅེ་བའི་པ་མ་རེ་ཡོད་ན། བྱམས་དང་སྤྲོད་རྩེ་སྤྱག་པའི་པ་མ་རེ་ཡོད་ན། ས་
 སྤྲོད་པོ་མོའི་བཅེ་དུང་ལ་རང་དབང་གནད་རོགས། ཆེན་པོའི་ངོ་སོ་ལ་མི་ལྟ་བུ། སྤྱག་པོའི་
 རྒྱ་ནོར་ལ་མི་ལྟ་བུར་མཐོན་པོའི་གོ་ས་ལ་མི་དམིགས་པར། འཛིག་རྩེན་པོ་མོའི་ལྷན་མེད་པའི་
 བཅེ་དུང་ལ་རང་དབང་གནད་རོགས།

རང་དབང་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་སྤྲོ།
 གཞན་དབང་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱུལ་ལོ།

ས་པཏ་གྱིས།

མྱེ་རིག་

ཆེ་རིང་ཉི་མ། རིག་གནས་གཉིས་པ།

རང་ཉིད་ཀྱི་འདས་ཟེན་པའི་མི་ཆེ་ལ་ཡིད་སྟོན་འཆོར་བཞིན་དུ་ལྟོ་གནས་བབ་འདི་
དང་ལེན་མི་བྱེད་ཐབས་མེད་དུ་གྱུར་བས། གང་བསེལ་བསེལ་གྱི་སེམས་ཁོང་ནས་ཆེ་ལམ་
ལམ་གྱི་མིག་ཚུ་དྲངས་མོ་ཞིག་ཁོ་བོའི་མཁུར་ཆོ་ནས་སྤང་སོང་།

འཇམ་སྒྲིང་ལོ་རྒྱུས་ནང་གཉིད་དུ་ཡུར་བའི་ཡུལ་གྱི་ཞིག་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་
སྐབས་འདིར་གཉིད་སད་བ་ལྟར་འཇམ་སྒྲིང་གང་སར་མིང་དུ་གྲགས་བ་ན། མི་རིགས་འདྲ་མིན་
གྱི་མགོན་པོ་མང་པོ་ཞིག་སྟོགས་སྟོགས་ནས་འདུས་ཏེ་ཡུལ་གྱི་འདིའི་གྲོང་ཁྱེར་རྩ་རམ་ས་པའི་
སང་ལམ་དུ་སྐྱག་སྐྱག་འཁོར་ལོ་དང་རྒྱངས་འཁོར་འདྲ་མིན་ནང་བསྐྱད་དེ་ཡར་རྒྱགས་མར་
རྒྱགས་བྱེད་པ་དེར་བལྟས་ན་འདི་ནི་སྤར་གྱི་རྩ་རམ་ས་ལ་རེད་ཟེར་ན་མི་སུས་ཀྱང་རྒྱར་མི་
འགོ་ལ་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་ཤོང་དགའ་བ་ཞིག་རེད། སྟོགས་བཞི་མཆམས་བརྒྱད་ན་མཐོ་ཞིང་བརྗེད་ལ་
མཛེས་སྤྱུག་གི་ཁང་བཅེགས་མང་པོ་བསྐྱར་ཆགས་སུ་བསྐྱེགས་པ་དེར་བལྟས་ན།
ཁོ་ཆོས་ཁོ་ཆོ་ལ་འགྲན་གྱིན་པའི་སྤང་བ་ཞིག་དབང་མེད་དུ་སྟེར་ལ། ཡང་སྟོང་དེའི་རྒྱབ་ལོག་
གི་གནས་ལུགས་དེའང་ཉོགས་འགྲོ། ཉོན་རྒྱུང་བསེལ་མོ་ལྷང་བའི་ཞོགས་པ་ཞིག་ལ་རང་ཤེད་
ཆེ་བའི་བཀྲ་ཤིས་ནམ་རྒྱུན་བཞིན་སྐྱེ་རེངས་ཤར་བ་དང་མཉམ་དུ་ལུས་ཅལ་ཁང་ལ་འགྲོ་བཞིན་
ཡོད། བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་ལུས་ཅལ་སྐྱོང་བ་ནི་ལུས་པོ་བདེ་ཐང་གི་ཕྱིར་དུ་མ་ཡིན་པར་བྱེ་སྒྲིང་
བའི་བྱ་མོ་མཛེས་མ་དག་འགྲུག་ཐབས་ཀྱི་སྤྲད་དུ་རེད། འདི་ནི་ཁོ་ལ་མཆོན་ན་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་
ལ་སྒྱིར་མའི་རིགས་མ་གཏོགས་སྟོག་ལྟན་ཐམས་ཅད་ལ་འང་གཤམ་ཆེ་དེ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་འཆོ་
བའི་སྤྲད་དུ་རེད། བཀྲ་ཤིས་ངལ་རྩོལ་ལ་མི་དགའ་བར་བྱའི་རྣམ་པའི་ཆ་ནས་དཔལ་འབྱོར་
འཆོལ་སྐྱབ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་སྟབས། བྱའི་རྗེག་ཉམས་ནི་ཁོང་གི་འཆོ་བའི་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་ཆ་
རྒྱུན་ཡོད་ན་མེད་ན་དེ་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན། ཞོགས་པ་སྤར་ལངས་རྒྱ་དེ་ཁོང་གིས་
ལས་ཀ་ཞིག་ཏུ་བསམ་གྱིན་མེད། ཁོང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི་སྤྲད་
ཆའི་རྒྱ་ཅལ་ཐད་ནས་བྱ་མོ་ཆོའི་སྒོ་འགྲུག་རྒྱ་དང་རང་གི་བཅེ་དུང་ངོ་མ་དེ་བཞོལ་སྤྱོད་མི་
བྱེད་པ་དེ་རེད། བོ་ཐོས་ལྟར་ན་བྱེ་སྒྲིང་གི་བྱ་མོ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཁོང་འགྲོགས་སྤྱོད་པ་མ་ཟད།
དེ་དག་གི་ཆེད་དཔལ་འབྱོར་ཡང་གང་འཆམས་ཤིག་འཆོལ་སྐྱབ་བྱས་ཡོད་སྟེ། ཡིན་ནའང་།
དཔལ་འབྱོར་གྱིས་དཔལ་འབྱོར་འཆོལ་སྐྱབ་བྱེད་རྒྱ་ནི་ད་དུང་ཁོང་གིས་ཉ་ལམ་

ཞེས་མེད་པ་འདྲ་ལ་དེའི་ཐད་ནས་བཟུངས་ནི་ཁྱིམ་པ་ཞིག་དང་ཨ་ན་མ་ན་རེད། རྟོན་ཐུང་
 དཀར་པོ་ཕུ་མེད་ཅིག་དང་རྟེན་ཐུང་ཕྱོད་པོ་ཞིག་ལས་ཀྱི་མེད་ན་ཡང་དེ་ནི་དངོས་གནས་
 ལྷ་བ་ཀྱོན་མཁན་གྱི་ཆེད་ལས་པ་ཞིག་གིས་འདེམས་པ་དང་འདྲ་བར་ཁོང་གི་ལུས་སྟེང་དུ་
 ཅང་འཆམས། ཁོང་གིས་གདོང་པ་བྱི་ཞོར་དུ་ལུས་ཅལ་ཁང་ནས་སྒྲོར་བྱུང་དེ་སྤར་བཞིན་
 རྒྱུ་ལས་འཁོར་འབབ་ཚུགས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་སོང་། ལམ་བར་དུ་རྒྱུ་ལས་འཁོར་སོགས་ཀྱི་འདྲ་
 འཛི་མེད་ན་ཡང་ཉམ་ཆུང་གི་བོད་མི་འགས་བག་ལེབ་འཆོང་གི་འདུག་པས་བྱིས་ཆང་མེད་པའི་
 མོ་ཆེད་དང་མོ་ཆེད་དག་གིས་ཉོ་བཞིན་ཡོད་སྟབས་སྐད་ཅོར་གང་འཆམས་ཤིག་འདུག ཁོས་
 གྲང་བག་ལེབ་འགའ་ཉོ་བར་བསམ་ནས་སུ་ཆང་གི་བག་ལེབ་བཟང་པོ་ལ་ལྟ་སྐབས་སྒྲོ་བྱར་
 དུ་བྱ་མོ་ཞིག་གི་འཕོད་སྒྲན་བར་ལྷུང་བས་ཁོས་གྲང་ལམ་སང་དེའི་ཕྱོགས་སུ་འཁོར་ནས་ལྟ་
 དུས་” རྩོམ་ལགས། བག་ལེབ་མི་ཉོ་ལམ་” ཞེས་བྱ་མོ་དེའི་ལག་ནང་དུ་བག་ལེབ་འགའ་བཟུང་
 ཞིང་བལྟས་ནས་བསྐྱད་འདུག གདོང་ནག་ལ་བྱི་མས་སྐྱགས་པའི་མོའི་གདོང་པ་དེ་མཐོང་ན་
 བག་ལེབ་ཉོ་བའི་སེམས་པ་དེ་བཞག་འགྲོ་ནའང་དཀར་ཞིང་མདངས་འཛིན་པའི་བག་ལེབ་དེ་ནི་
 ཁོ་མོས་བཅོས་བ་རེད་ཟེར་ན་ཡིད་མི་ཆེས་བ་ཞིག་རེད། ཆ་མི་འཆམས་པའི་མོ་དང་བག་ལེབ་
 གཉིས་ཀྱི་མདུན་ནས་ཁོས་བསམ་སྒྲོ་གང་འཆམས་ཤིག་བཏང་རྗེས་བག་ལེབ་འགའ་ཉོས་ཏེ་སུ་
 མཐུད་དུ་རང་ཉིད་འགྲོ་ས་དེར་སོང་།

ཉོ་མ་ལ་ཞེས་པའི་རྒྱུ་ལས་འཁོར་ཞིག་གི་ནང་ནས་མགོ་སེར་དང་མགོ་ནག་མང་པོ་
 ཞིག་ཐང་ལ་བབས་ནས་རང་རང་གི་རྒྱབ་ཁྲིམས་འཁྲུག་ཏེ་བྱི་རོལ་ཏུ་ཡོང་གི་འདུག་ལ་དེར་
 མགོན་པོར་སྐྱག་པའི་སྒྲ་བྱེད་རྒྱུ་ལས་འཁོར་གྱི་བདག་པོ་དང་དངོས་པོ་སྐྱེལ་འདྲེན་བྱེད་མཁན་
 ཆང་མས་འཆང་ཁའི་རང་མགོན་པོ་གང་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་དང་དངོས་པོ་འབྱེར་རོགས་བྱེད་དགོས་
 མིན་གྱིས་ཟང་ཟེང་ལ་བྲེལ་གྱིན་འདུག སྐབས་དེར་ཁོ་གདོང་ན་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་ཁེངས་པའི་
 དབྱེན་མོ་སྒྲ་སེར་མ་དེས་མིག་ཤེལ་ནག་པོ་ཞིག་ཀྱོན་འདུག་ལ་རྒྱབ་ཏུ་ཁྲིམས་པ་ཞིག་འཁྲུག་
 ནས་རྒྱུ་ལས་འཁོར་འབབ་ཚུགས་ཀྱི་སྒོ་འགྲམ་ན་ཡར་མར་ལ་ལྟ་བཞིན་འགྲུངས་ནས་བསྐྱད་
 འདུག་པ་བཟུངས་ཀྱིས་མཐོང་བས་སེམས་ལ་དབྱེན་མོ་འདི་པལ་ཆེར་འདིར་སྐྱེབས་པ་ཐོག་
 མ་ཡིན་འདུག་ལ་གལ་ཏེ་ཆོད་དཔག་བྱས་པ་ནོར་མེད་ན་རང་གི་ཁ་ནང་ལ་མི་ལྷུང་བའི་ངེས་
 པ་མེད་པས། ཁོ་མོ་ལ་འབྲེལ་བ་བྱ་ཐབས་བྱེད་དགོས་སྟུངས་སྟེ་རྒྱུ་ལས་འཁོར་འབབ་ཚུགས་སུ་
 འགྲོ་བྱལ་བྱས། སྟབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་མོས་སྐད་ཆ་བཤད་སོང་། “སྐྱེལ་བས་ལགས།
 ཞོགས་པ་བདེ་ལེགས་” ཅེས་འཇུག་མདངས་དང་རེ་ལྟོས་ཀྱི་སྒྲོང་ནས་བྱིས་སོང་། བཟུངས་
 ཀྱི་སེམས་ཁོང་དུ་རྒྱུ་ལམ་ལམ་གྱི་ཆོར་བ་ཞིག་གིས་ཁེངས་ནས་ད་འགྲིག་སོང་། གོ་སྐབས་
 རེག་སོང་སྟུང་པའི་སྒོ་དེ་གསང་ཐབས་སུ་ལན་སྟབས་བདེ་ཞིག་བཏབ། མོས་

མུ་མཐུད་དུ་གནས་པའི་ན་ལྟོན་པ་རང་ཕྱོན་གྱི་སྐྱེ་ཞིག་ཡོད་ནི་རེད་ཟེར་བས། “སྐྱེ་ཞབས་
 རྟེན་གྱིས་ང་ལ་རོགས་པ་ཤིག་བྱས་ན་འགྲིག་གས” ཅེས་བསྐྱར་དུ་དྲིས། “གཤམ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་
 རོགས་པ་བྱེད་དགོས་ན་ངས་བྱེད་ཆོག” “སྐྱགས་མེ་ཆེ” དེ་ན་ད་འགྲིག་སོང་། འདི་ལྟར་
 སྐར་མ་འགའི་སྒྲིང་སྒྲོང་ལ་བརྟེན་ནས་བཀའ་ཤིས་ཀྱི་བསམ་དོན་འབྲུག་བར་མཛོན་དུ་བྱུར་ཡོད་
 ལ་ཁོ་མོ་དང་ལྟན་དུ་དབྱེད་བ་མཉམ་ག་ཤིག་གིས་བསྐྱོད་སྐབ་བྱུང་བ་དེས་ཁོ་མོར་ཐར་ན་མེད་
 པའི་སྒོ་བས་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཤིག་གིས་ཁེངས། སྐྱིག་ཆས་གཙང་མར་གྲོན་པའི་ན་ཆུང་ཞིག་
 གིས་ལག་གཡས་པས་ཀ་ཏོ་ར་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཞལ་ལག་ཆ་པོ་ཞིག་མཐོན་པའི་ངང་འཁྱེར་ནས་
 ཡོང་བ་དང་ལག་གཡོན་པ་རྒྱ་བ་ལོགས་ནས་ཡར་བསྐྱམས་པ་དེར་བལྟས་ན་ཁོ་མོས་ཞབས་
 ལུ་བའི་སྒོ་བ་སྒྲོང་བྱས་ཐོང་བའི་རྟགས་མཚན་ཞིག་མཛོན་འདུག། གདངས་དབྱངས་སྟན་
 མོ་ཞིག་གིས་བྱབ་པའི་ཟ་ཁང་འདི་ནི་ཏ་ཅང་གཙང་ལ་ཞལ་ལག་དང་བདུག་སྒོས་ཀྱི་དྲི་མས་
 གྲང་མགོན་པོ་དག་ལ་བདེ་བ་ཞིག་ངང་གིས་བསྐྱོན་སྐབ། ཟུར་བཞི་ན་གང་སྒྲོག་འཕྱལ་ཆས་
 འགའ་བཅུགས་ཡོད་ལ་དེས་ཟ་ཁང་འདི་འདྲི་དྲོད་གང་ལ་ཚད་འཛིན་སྟེ་ལྟག་ཅིག་བྱས་འདུག།
 ཞབས་ལུ་བས་ཞལ་ལག་དེ་ཤེས་སྒྲིའི་འགྲམ་གྱི་སྒྲོག་ཅེའི་སྟེང་བསྐྱད་པའི་སྐྱེ་མགོན་པོ་མོ་
 གཉིས་ལ་“སྦྱིན་བདག་ལགས། ད་ལྟར་ཆོས་རྟེན་གྱིས་མངགས་པའི་ཞལ་ལག་དག་ངངས་
 ཚར་བ་ཡིན། དལ་མོར་བཞེས་དང་དགོས་མཁོ་བྱུང་ཆེ་ག་དུས་སྐད་བཏང་ཡང་ཆོག”
 ཅེས་བཤད་མེས་བྱང་སོང་། ཁོ་མོའི་ནག་ཤུགས་ཆེ་བའི་མིག་བྱང་གོར་གོར་དེའི་ནང་
 ན་སྒྲོ་སྒྲུང་དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ཁེངས་འདུག་ལ་མཚམས་རེར་མིག་བྱར་གྱི་མདའ་མོ་འཕེན་
 པའི་རྣམ་འགྱུར་ལས་ཁོ་མོས་མེ་མི་སྟམ་པར་འཇུག་མདངས་ཤིག་མཛོན་པ་ནི་པལ་ཆེར་བརྟེ་
 དུང་གི་མཚོན་རྟགས་ཤིག་ཡིན་ཤོས་ཆེ། ན་ཆུང་འདི་གཉིས་ནི་བཀའ་ཤིས་དང་མ་ཡེ་ཡེ་རེད་
 འདུག། དམིགས་ལུ་ལ་ལྟན་པའི་བཀའ་ཤིས་ལ་མཚོན་ན་དེ་རིང་གི་ཞལ་ལག་འདི་ནི་ཏ་ཅང་
 དོན་སྟོང་ལྟན་ལ་ཁོང་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་རེད་ཅེས་སེམས་ལ་ཡང་ཡང་བྲན་བཞིན་
 མ་ཡེ་ཡེའི་དཀར་ཁེང་གཙང་ལ་མདངས་ལྟན་པའི་བཞིན་རས་དེར་ལྟ་ཅི་ལྟ་ཅི་མ་བྱེད་ལ་
 ལྟག་པར་ཆེ་ཞིང་འབྱུར་ལ་བྱིར་མཛོན་པའི་ཐོས་བྱམ་བྱང་གི་བྱེད་ཀ་དེ་དང་དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་
 མཚམས་ནས་གསལ་བོར་མཛོན་པའི་སོར་གཉིས་ཅི་མ་ལས་མེད་པའི་ཤུབས་དེ་བྱང་གཞུང་
 དུ་འཕེན་ཡོད་པ་ལ་དམིགས་གསལ་གྱིས་དོ་སྟོང་བྱེད་ཀྱིན་འདུག། ཡིན་ན་ཡང་། མ་ཡེ་ཡེའི་
 སེམས་ཁོང་དུ་ཅི་ཞིག་བྲན་གྱིན་པ་སུ་ཡིས་བརྗོད་ཀྱས་ལ་ལྟག་པར་བཀའ་ཤིས་ཀྱིས་འདི་འདྲའི་
 སྒྲོག་བརྟན་ཞིག་རྟོག་བཟོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་ཡེ་ཡེས་ག་ལ་ཤེས།། “ལ་ཞལ་ལག་ལག་པོ་
 མཚོད་དང་དེ་རིང་ངས་སྦྱིན་བདག་བྱས་ཆོག ངས་ཁྱེད་ལ་དཀར་ལས་གཏད་སོང་”ཞེས་
 བཤད་མ་ཐག་བཀའ་ཤིས་ཀྱིས་“དེ་འདྲ་མ་ཟེར་དང་མི་ལ་རོགས་བྱེད་རྒྱ་དེ་མི་སུ་དང་སུ་ཡིན་
 ནའང་ལས་འགན་ལྟ་བུ་ཡིན” སྐད་ཆ་དེ་མོའི་སེམས་ལ་བབས་སོང་བ་འདྲ། ཐར་མེད་པའི་

འཛུམ་མཐུན་ཞིག་མཛོན་བཞིན་ “ཁྱོད་ནི་མི་བཟང་པོ་ཞིག་རེད་འདུག” ཅེས་བརྗོད་པ་
 བྱས་ཐུག་ཐུག་ ངས་ནམ་རྒྱུན་རང་ཉིད་མི་བཟང་པོ་ཞིག་ཆགས་པར་ཉུར་བཅོལ་བྱེད་ཀྱིན་
 ཡོད། “ངོ་མ་བཟང་གི་ ང་མི་བཟང་ལ་ཉ་ཅང་དགའ” གོ་ཐོས་ལྟར་ན་ཕྱི་སྤྱིང་བ་དང་མཉམ་
 ཏུ་བསྐྱད་ན་ལྟ་བུ་མཐུན་ནི་མ་རེད་ཟེད། ཡིན་ན་ཡང་ཁྱོད་རང་ནི་དེ་འདྲ་ཞིག་མ་རེད།
 མ་ཡི་ལེས་ “དེ་ནི་པལ་ཆེར་མི་བྱེད་བྱུག་བ་ཞིག་གི་བསམ་ཚུལ་ཡིན་རྒྱུ་རེད། ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་
 འདྲ་བཅུ་གྱི་འདུག་གམ” ཡིན་ས་རེད། དེ་འདྲ་མིན་ན་དེ་རིང་རིང་གཉིས་ལ་ཐུན་མོང་གི་
 འདོད་ཚུལ་ཞིག་རི་ལྟར་འོང་ངམ། ཉ་ཉ་ཉ་ཁྱོད་ནི་སྐད་ཆ་བཤད་མཁས་པ་ལ། ཡ་རེད་
 གཉིས་ཀྱིས་སྤྱ་ཆང་ཞིག་འཐུང་ན་གང་འདྲ་འདུག་ “ཁྱོད་ཀྱིས་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་དམ” རེད་
 ལ། དེ་ནི་ངའི་འདོད་ཐོག་ཏུ་བབས་སོང་། དེ་རིང་གི་ཉི་མ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ཆང་ནི་“ཨ་
 འགྲིག་རྒྱུ་ལོ་ཆ་འགྲིག”ཟེར་བ་ལྟར་རེད། “ཞབས་ཁྱུ་གཤམ་སྤྱ་ཆང་དམ་བུ་གཉིས་འཁྱེར་
 སོག་དང” ཞེས་མངགས་པ་ན་རྒྱུ་ཆ་འགོར་བར་ཁྱོད་ནས་ཐོན་སོང་། “སྤྱ་ཞབས་ལགས།
 ཁྱོད་ཀྱིས་ཆང་འདི་སྤྱིད་པོ་བཞེས་དང་དགོས་མཁོ་བྱུང་ཆེ་སྐད་གཏོང་རྒྱུ་གནད་”ཞེས་
 སེལ་པོར་ནང་སྒྲུགས་ཉེ་སོང་། ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་སེལ་པོར་གང་ནས་དོ་དང་དོ་ནས་གསུམ་
 འཐུངས་བས་ཁོ་གཉིས་བར་ལ་སྐད་ཆ་ཡང་མང་པོ་བྱུང་བ་མ་ཟད་བཞིན་རས་ཀྱང་དམར་པོ་
 ཆགས་འདུག་ “ཁྱོད་དངོས་གནས་མཛེས་མ་ཞིག་འདུག” “ཁྱོད་ཀྱང་རྒྱུ་པོ་ཞིག་འདུག”
 སྐབས་འདིར་དམར་ལམ་ལམ་གྱི་གདོང་བ་དང་གཟེངས་ཀྱིན་པའི་སྤྱ་ལོ་འེ་བར་ན་ཁོ་གཉིས་
 ལ་མཛེས་སྤྱུག་ཅིག་མེད་ནའང་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སེམས་ཁོང་ན་ཆགས་ཞེན་གྱི་དྲུང་བའི་མེ་རྟོག་
 དེ་སྤར་ལས་ལྟག་པར་བཀྲག་མཐུན་རྒྱུ་ཡོད་པ་འདྲ། བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་ལག་བ་བརྒྱུངས་
 ཉེ་ཁོ་མོའི་སྤྱ་ནས་འཐེན་པ་ན་མོས་ཀྱང་སྤར་ནས་ཉ་གོ་ཡོད་པ་དང་འདྲ་བར་དམར་ལ་ཆུང་རྒྱ་
 མེད་པ། ཆེ་རྒྱུ་འདྲ་མེད་པའི་མཆུ་དེ་བསྐྱོན་ནས་འོ་བྱས་སོང་། ཉེ་འགྲམ་ན་ཡོད་པའི་མཁྱོན་
 པོ་དག་གིས་ཁོ་གཉིས་ལ་ཡང་ཡང་བཞུས་ཀྱང་དེ་ནི་ངལ་བའི་རྒྱ་ལས་མ་འདས་བས་བཏང་
 སྤྱོམས་ལ་བཞག་འདུག་ མ་ཡི་ལེས་ཅི་ཞིག་བསམ་གྱིན་པ་མི་ཤེས་ཀྱང་མོས་“རེད་གཉིས་
 ཕྱིར་ནང་ལ་ལོག་ན་གང་འདྲ་འདུག”ཅེས་བརྗོད་པ་ན་བཀྲ་ཤིས་ཀྱང་འཐུང་བ་བྱུང་ནས་ཟ་ཁང་
 གི་སྒོར་འཐུང་སྐབས་མཁའ་དབྱིངས་ནས་འཆར་འོང་བའི་ལྷ་འོད་ཀྱིས་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་སེམས་
 ཁོང་དུ་བདེ་བ་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་སྤྲིན་སོང་།

དྲ་མའི་ཡོལ་རས་མཐུད་མཆམས་ཀྱི་རྒྱག་བར་ནས་ལྷུང་བའི་ཉི་ཟེར་དེས་དམར་རྩེན་
 དུ་བྱུང་བའི་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་རྒྱབ་གཞུང་ལ་སོག་པ་ན་ཁོ་ལོ་གཉིད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ལས་སྤར་ལྟོག་
 པར་བརྟུག་ ལག་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་མིག་ཟུང་འཕྱར་འཕྱར་ཞིག་བྱེད་བསམ་ནས་གལ་ལས་ལག་
 ཡར་འགྲོག་སྐབས་མོ་ཡང་དམར་རྩེན་དུ་རུམ་ན་ཉལ་ཡོད་ལ། མགོ་པོ་ཁོའི་དབྱང་ཁྱག་

ལ་བསྐྱེད་ནས་གཉིད་སྐྱིད་པོ་ཞིག་ཁྱེད་ལ་ཕྱིན་པའི་སྐྱོད་ཆེ་བའི་རྣམས་པ་དེ་མཐོང་བ་ན་ཁོ་ཐོས་
 མོའི་ཐོད་པར་སེམས་རྒྱུད་གིས་འོ་ཞིག་བྱས་ནས་མདང་དགོང་གི་གནས་ཚུལ་ལ་བྱིར་འདང་
 བརྒྱབས། མཐོན་ཁང་དུ་སླེབས་མ་ཐག་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་མཆུ་ཉོ་ནི་དོ་ཁབ་ལེན་ལྟར་ལམ་སང་
 འབྱར་སོང་། ཁང་རྒྱུ་བཞི་འདྲིའི་ནང་མཁའ་རྒྱུད་གསར་པ་ཞིག་སྤྱང་བ་ནི་འདོད་པས་
 གཟེར་བའི་དུ་སྐྱད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་ཁྱེད་ལ་ཁོ་མ་ཡོང་མེད་པའི་ལག་ཟུང་གིས་བྱ་མོ་
 ཚོར་མཛེས་སྤྱད་ཡོད་ན་མེད་ན་དེ་ཚུས་བྱམ་འབྱར་འབྱར་བྱེད་ཀྱིན་འདུག འདོད་པའི་
 ཟུག་གཟེར་ལས་བྱུང་བའི་ཉིན་སྐྱོད་འཇུག་པའི་ཉིན་སྐྱོད་པའི་དེ་རིམ་གྱིས་ཁང་རྒྱུད་འདི་
 རང་ལ་ལ་བ་ན་ཁོ་གཉིས་རང་རང་སར་བདེ་བ་ཞིག་དང་ཐང་ཆད་པའི་ཉམས་ཤིག་མཛོན་བཞིན་
 གན་རྒྱལ་དུ་ཉལ་ནས་བསྐྱད་འདུག ད་དུང་མོས་ཁྱེད་བྱས་ནས་བྱིར་ཐོན་དུས་ཀྱི་རྣམས་པ་དེ།
 མོ་འདི་ལྟར་སླེབས་སོང་། མོ་འདི་ལྟར་སླེབས་པས་བཟུལ་གིས་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་ན་མིང་དུ་
 བྱགས་པའི་མཛེས་མའི་འཕྲོག་རྩྱུད་ཀྱི་དཔག་འཁྲུག་དེའི་ཡང་སྤྱོད་རྩྱུགས་སོང་། དཔུང་
 མཚམས་ལ་སླེབས་པའི་སྐྱོ་ལོའི་སྤྱོ་མོར་ན་རྒྱ་ཐིགས་དྲངས་མོ་དྲངས་མོ་འགའ། ལ་ལ་
 ཐང་ལ་བསགས་ཤིང་ལ་ལ་མོའི་དཀར་ལ་འཛམ་པའི་ལུས་སྤྱོད་ནས་མར་བཀྱར་ཀྱིན་འདུག
 ད་དུང་དཀར་ཞིང་མདངས་ལྡན་པའི་ཞལ་རས་དང་ནག་ཞིང་གོར་ལ་ཆགས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁྱེད་སྤྱོད་
 བའི་ཐིག་ཟུང་གི་ཟུང་ཐིག་དེས་ཡང་སྤྱོད་ཁོ་ཐོ་གང་ཞིག་ན་ཡོད་པ་དེ་འང་བཞེད་ཡོད་ལ་དྲང་
 ཞིང་རིང་བའི་ལུས་པོ་དང་བྱང་གཞུང་ན་འབྱར་དུ་ཐོན་པའི་ཚུས་བྱམ་ཀྱི་རུ་ཉོག་ཀྱང་སྤྱོད་
 བྱགས་པའི་ཁྱོན་གོས་ལས་གསལ་བོར་མཐོང་སྟབས་པ་མ་ཟད། རས་སྤྱོད་པོ་དེ་ལྟག་པར་
 བརྒྱན་བྱགས་པའི་ལུས་པོར་འབྱར་ཡོད་དུས་ན་ཁོས་དབང་མེད་དུ་ཤོར་བའི་ཆོག་འབྱུང་དེ་ཡིད་
 ལ་འཆར་བས་ན་གང་མོ་ཞིག་ཤོར་བས་མ་ཡི་ལེ་ཡང་གཉིད་ལས་བརྒྱུད་སོང་། དེར་
 བརྒྱན་ཁོ་ཐོས་འཁྲུམས་ཀྱིན་པའི་རང་གི་ཤེས་པ་དེ་ཡོངས་སུ་སྤྱར་བསྐྱེད་དགོས་བྱུང་།

བདུན་པའི་གཅིག་གཉིས་ཅུ་མ་སོང་བའི་ས་སྤོད་ཅིག་ལ་རྒྱུད་སྤོད་འཁོར་འབབ་ཚུགས་
 ན་མི་ཆོགས་མང་པོ་ཞིག་འདུས་ཡོད་ལ་འགྲིམ་འགྲུལ་རྒྱུད་སྤོད་འཁོར་དམར་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་
 འགྲུལ་བ་འགའ་བསྐྱད་ཡོད་ལ་མི་འགའ་ཤས་ཞིག་གིས་རང་རང་གི་དངོས་པོ་རྒྱུད་སྤོད་
 ཀྱི་སྤྱོད་ལ་འཛོག་གིན་འདུག མི་འགའ་ཞིག་གིས་རྒྱུད་སྤོད་ཀྱི་འགྲུམ་ནས་སྤོང་མོལ་
 བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། སྤྱོད་སྤོད་དེའི་ནང་ནས་མིང་ལ་དབང་ཅན་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་“པར་ལ་ལྟོས་”
 དང་ཅི་འདྲའི་བརྒྱུད་འདང་ཅན་གཉིས་“ཅེས་བཞོད་པ་ན་རོགས་པ་ཆང་མས་གཅིག་མཐུན་ཀྱིས་”
 རྩོགས་དེར་ལྟ་དུས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་བརྒྱུད་བཞོད་པའི་ཡང་སྤྱོད་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་སྤྱོད་ཤིང་ཁོ་མོའི་
 བྱུང་རིག་རིག་གི་ཐིག་ཟུང་ལ་བཟུག་མདངས་མེད་ལ་མདངས་འཛིན་པའི་ཞལ་རས་དེ་ཡང་
 ལྟག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཁྱེད་ལ་ཐིག་ཟུང་བརྒྱུད་པའི་བཞིན་རས་ལ་སྤྱོད་ཉལ་མ་འགའ་

འབྲུག་ཡོད་པ་མ་ཟད། མ་ཡི་ལེས་བཟུལ་གྱི་སྒྲིལ་ཡང་ཡང་འཐམ་ཞིང་འོ་སྒྲོར་བ་དེར་
བལྟས་ན་གྲིས་བ་བསམ་མེད་ཅིག་རང་གི་ཨ་མར་འཐམ་པ་དང་འདྲ། “སྒྲིང་སྒྲུག་ལགས།
ངས་ཁྱེད་རང་དྲན་དེས་”ཞེས་མ་ཡི་ལེས་ངག་འདར་ཞིང་མགྱིན་བ་བཟངས་ནས་བརྗོད། བཟ་
ཤིས་ཀྱིས་མོའི་མིག་རྩ་ལག་པས་འབྱིད་ཞོར། “ཡ་མ་དུ་དང་ང་ཚོས་འབྲེལ་བ་བྱ་ཆོག་ནི་
རེད། སེམས་ཁྲུལ་མ་བྱེད་” ཅེས་སེམས་གསོ་ཡི་ཚུལ་དུ་སྒྲུས་བ་དང་ལྟན་རྒྱུ་ཆུང་ས་འཁོར་འཁྱོ་
རན་པའི་དུང་བརྟེན་གྲགས་སོང་བས་འབྲུལ་མི་དག་རྒྱུ་ཆུང་ས་འཁོར་ནང་དུ་འཇུག། ཡིན་ན་
ཡང་མོ་རྒྱུ་ཆུང་ས་འཁོར་གྱི་སྒྲིལ་འཛེགས་སྒྲིང་ནས་སྒྲུར་རྒྱུགས་འོང་སྟེ་ཆེས་མཐའ་མའི་འོ་ཞིག་
བྱས་ནས་བྱད་སོང་། རྒྱ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ་རྒྱུ་ཆུང་ས་འཁོར་སོང་རྗེས་བཟུལ་གྱིས་ལ་
སྒྲོ་སྒྲུང་གིས་ཁེངས་འདུག། ཁོང་གིས་ལམ་སང་རང་གི་ཁྱག་མའི་ནང་གི་མ་ཡི་ལེས་བཞག་
པའི་དངོས་པོ་དེ་ཁ་བྱེས་ནས་ལྟ་དུས་དུས་ཁང་གི་འཛིན་ཡིག་ཅིག་དང་དེའི་གསང་བའི་ཨང་
གངས་རེད། མ་གཞི་ཁོས་སྒྲུར་ནས་མཐོང་ཡོད་པ་འདྲ། དེར་མིན་ན་དངོས་པོ་ཁ་མ་བྱེས་གོང་
དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་དགའ་བ་ཞིག་རེད་མི་འདུག་གམ། མ་གཞི་ཁོ་ལ་འཕྲོ་འདྲི་པ་དེ་ཐོབ་
སོང་བས་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་བཏང་སྟེ་ལྟ་མོ་ལ་ཁ་པར་བཏང་། “ཨ་ལྟོགས། དང་བརྟེན་ཡོད་པ་
འདྲ་ཁ་པར་ཞིག་ཀྱང་མི་གཏོང་གི” “དེ་རིང་ཉི་མ་རྒྱབ་ནས་ཤར་སོང་པ་འདྲ་དེ་མིན་ན་
མཛེས་མ་མ་རེག་པ་ཡིན་ཐག་ཆོད་” ག་རེ་ཡ། ད་སྐད་ཆ་དེ་འདྲ་མི་བཤད་ནི་བྱ། གཟའ་
སྤུན་པ་འདིར་ཤོག་དང་རེད་གཉིས་ཀྱིས་མཉམ་དུ་ཟ་མ་བཟུག། “ང་ཡོང་རྒྱུར་སྒྲུག་གི་
ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱབ་མདུན་གང་ན་ཡང་མཛེས་མ་ཚོས་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད་དམ་” “ཡ། ཡོང་
གི་མིན་ནམ། ང་ཁྱེད་ལ་དངོས་གནས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་”ཅེས་སྐད་ལྷགས་དག་པོས་སྒྲུས་བ་ན་
མོས། “ཡ། རྒྱུ་མ་ལངས་དང་ཡོང་ཨེ་བྱུང་ལྟ” “ཡ་ཡ་ཡ་ཡ་ཡོ་ན་གཟའ་སྤུན་པར་མཇུག་
ཡོང་”ཞེས་ཁ་པར་སྒྲོ་བརྒྱབ་ནས་བྱིར་ནང་ལ་ལོག།

རྒྱ་བ་གཅིག་ཙམ་འཁོར་བའི་ཉིན་མོ་ཞིག་ལ་སྒྲུན་ཁང་གི་ཨང་གངས་ལྟར་བང་
བསྐྱེགས་པའི་ནད་པའི་གས་ན་བཟུལ་གྱིས་ཡོད་འདུག། གཡས་གཡོན་གྱི་ནད་པ་དག་ལ་བལྟས་
ན་ཀླན་གཞོན་དར་གསུམ་ཡོད་ལ་མང་ཆེ་བ་ཀླན་པ་རེད། ལས་བཟང་བ་རེད་ཟེར་ན་འགྲིག་
ལ་རང་གི་མི་ཆེ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་བ་དེ་འགྲིག་པ་རེད་ཟེར་ན་འང་ཆོག་པའི་ཀླན་ཀོན་འགའ་
ལ་རང་རང་གི་བྱ་དང་བྱོ་སོགས་ཀྱིས་གཏོར་ནི་ཡོད་ན་འང་འགའ་ཤས་ལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་རང་
རྒྱས་གང་ཡོད་ཀྱིས་འཁར་བར་བརྟེན་ནས་སྒྲུན་པར་སྟོན་དུ་ཡོང་འདུག། གོ་ཐོས་ལ་པོ་བྱེད་
ལ་བསྐད་པའི་ཀླན་ཀོན་འདི་དག་ལ་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱབ་ཕྱོངས་ཡོད་ནི་རེད་ཟེར་གང་ལྟར་ལོ་རྒྱས་
ཀྱི་རྒྱབ་ཕྱོངས་ཡོད་པའི་ཀླན་ཀོན་འདི་དག་འདི་ལྟར་ཉམ་རྒྱུང་གི་གནས་རིམ་ཞིག་ནས་འཆོ་
བཞིན་གདལ། རྒྱབས་དེར་ནད་གཡོག་གིས་”ཨང་གངས་དགུ་པ་ཤོག”ཅེས་སྐད་བཏང་

བ་ན་བཟ་ཤིས་བཟླ་དབྱེད་ཁང་དུ་འཇུག་པ། རུང་ཙམ་རྒྱགས་ལ་གདོང་དུ་མིག་ཤེལ་གྱིན་པའི་
ཞེས་ཇི་དེས་རང་གིས་བཟླ་དབྱེད་གང་འཆམས་ཤིག་བྱས་ནས་“ཁྱེད་ཀྱིས་བཤའ་གཅིག་
ལ་བཟླ་དབྱེད་བྱས་ཇེས་ང་ལ་འཁྱེད་ཤོག་ཟེར་” རུ་ཆོད་གཅིག་འགོར་མ་འགོར་ཙམ་ལ་
ཁོས་བཟླ་དབྱེད་ཀྱི་འབྲས་བྱ་དེ་འཁྱེད་ནས་ཡང་བསྐྱར་བསྐྱར་དུ་སོང་། སྤྲོ་པས་སྤྲོ་མིང་
འགའ་བྱིས་ཇེས་བཏང་སོང་། ཁོས་ཀྱང་ནད་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཤེས་ལ་སྤྲོ་པས་ཀྱང་ན་ཆ་
ག་རེ་ཡིན་མིན་བཤའ་མེད། གཅིག་བྱས་ན་སྤྲོ་པས་ཀྱང་ནད་འདི་ག་རེ་ཡིན་མིན་ཤེས་
ཡོད་མེད་མི་ཤེས། དེ་ནས་བཟུང་ཁོ་ལ་ཆམ་པ་རུང་རུང་ཞིག་ན་བ་ཡིན་ནའང་དག་འགོ་བའི་
སྐད་ བྱི་མ་མཆིས་པས་རྒྱན་དུ་སྤྲོ་མི་ཟ་རང་བཟའ་དུ་གྱུར།

ལོ་ངོ་གསུམ་འདས་པའི་ཉིན་མོ་ཞིག་ལ་ངོ་གདོང་ནག་པོ་གྱུར་ལ་གཟུགས་པོ་ཡང་
སྐམ་པོ་གྱུར་བའི་མི་ཞིག་ཉམ་རུ་འཇུག་ཁང་དུ་བསྐྱོད་ཀྱིན་འདུག། སྤྲོ་པས་དུ་
བསྐྱེད་པས་བ་ན་སྤྲོ་པས་ཁོ་པོ་རུང་ཞིག་དུ་སྐད་བཏང་ནས་བཤའ་རྒྱུ། “བཟ་ཤིས་ཁྱེད་
ཀྱི་ནད་འདི་ནི་ཡག་པོ་ཞིག་མ་རེད་ལ་སྤྱུག་ཅག་ཅིག་ཀྱང་མ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་སྤྲོ་པའི་
བར་དུ་རུ་ཆོད་ལྟར་འཁྱེད་དགོས་པ་དང་ག་དུས་ན་རྒྱག་བྱུང་ན་ང་ལ་འབྲེལ་བ་གྱིས། ད་དུང་
སེམས་ལ་འཛིན་རྒྱ་ཞིག་ལ་སེམས་པ་སྤྱིད་པོ་བྱེད་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་”བཅས་སྤྲོ་མང་
པོ་ཞིག་བྱིན་ནས་བྱད་སོང་། སྤྲོ་དེ་ག་ཆོད་འཁྱེད་ཡང་ཆམ་པ་མི་ན་ཆེ་པོ་བ་ན་བ་དང་པོ་བ་
མི་ན་ཆེ་མཁའ་མ་ན་བའི་སྤྱུག་བཟུལ་དེ་ཉིན་བཞིན་རེ་ཆེར་སོང་བ་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་འདས་ཟེན་
པའི་མི་ཆེ་ལ་ཡིད་སྤོན་འཆོར་བཞིན་ད་ལྟར་གནས་བབ་དེ་ངོས་ལེན་མི་བྱེད་ཐབས་མེད་དུ་
གྱུར་བས་ཀྱང་བསེལ་བསེལ་གྱི་སེམས་ཁོང་ནས་ཆ་ལམ་ལམ་གྱི་མིག་རྒྱ་ཞིག་མཁུར་མགོ་
ནས་ལྷུང་། ཉིན་ཞིག་ལ་སྤྲོ་པས་བཟ་ཤིས་སྐད་བཏང་ནས་“ངས་བར་དུ་སྤྲོ་པའི་ལ་
ཡོང་དགོས་”ཟེར་བ་ལྟར་སོང་བ་ན་ནད་པ་མང་པོ་ཞིག་ཆོགས་འདུག། ཁོས་ཀྱང་ནད་པ་དེ་
ཆོའི་བྲས་ནས་སྤྲོ་པའི་གསུང་བཤའ་ལ་ཉན། “ཁྱེད་ཆོ་ཆང་མའི་ན་ཆ་དེ་འཇུག་པོ་འདུག་
ལ་དེ་ནི་རེག་དུག་ན་ཆ་ཡིན་སྟབས། འཛམ་གླིང་གི་ན་ཆ་འདི་ནི་ད་ལྟར་ལ་དར་
ཁབ་འགོ་དང་འགོ་བཞིན་ཡོད་ལ་དེའི་བཅོས་ཐབས་ཀྱི་སྤྲོ་ནི་ད་དུང་བཟོ་བྱུང་མེད། ཡིན་ན་
ཡང་ང་ཆོས་ཁྱེད་ཆོའི་ཆོ་ཆ་དེ་ཉིན་མ་གཅིག་ཡིན་ན་ཡང་ངོ་གདོང་བ་ལ་ཐབས་ཤེས་གང་
སྟབས་བྱེད་པའི་ན། དེར་བཞེན་ཁྱེད་ཅག་གིས་ཀྱང་སེམས་ལ་འཛིན་རྒྱ་ཞིག་ལ་རང་གི་ན་ཆ་དེ་
མི་གཞན་ལ་མི་འགོས་ཐབས་ཤེས་བྱ་དགོས། དེ་ནི་རང་ཉིད་མི་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡིན་
ལ་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྲོ་དུ་འདྲེད་“ཅས་གཏམ་བཤའ་འདི་འདྲ་ཞིག་གནང་ནས་
རྒྱ་གསུང་སོང་། གཏམ་ངན་དེ་ལྟ་བུ་གོ་བ་ན་བཟ་ཤིས་ཀྱི་སེམས་ཁོང་དུ་དེ་རིང་ནས་བཟུང་
རང་ཉིད་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གད་སྤྲོ་གསུང་བཞིན་གྱུར་སོང་ནི་རེད་ཅས་བསམ་བཞིན་ནད་གྲོགས་

“ངས་” ངས་ཁ་བཅུ་མ་ལྔ་པ་ནས་བསྐྱེད་ཆོག་སྐྱེ་མཁེན་ང་མ་གསོད་རོགས་ངས་ཁ་བཅུ་མ་ལྔ་པ་ནས་བསྐྱེད་ཆོག་” ཞེས་འདར་སྐད་ཀྱིས་བརྗོད་པ་གསལ་ལ་མི་གསལ་གྱི་ངང་འདི་ལྟར་བརྗོད་ནས་རེ་ཞིག་མོ་རང་གི་ཡ་མཚུ་མ་མཚུ་གཉིས་ལོ་མང་བུ་ལ་བུ་འབྱུང་པ་ལྟར་དུ་གྱུར། མི་དེའི་དབྱུགས་འཁྲོས་ཏེ་མི་ལ་ཞིང་མིག་བྱང་ཅེ་རེར་གདངས་ནས་དུས་ལུན་འགའ་ཅམ་རེར་ན་པ་ལྟར་ཞིག་ཏེ་བསྐྱེད། སྐབས་དེར་མི་དེའི་ལུས་པོའི་གཡོ་འདར་དང་མགོ་ལུས་གང་སར་ནས་དུལ་ཆུ་ཁུམ་ཁུམ་དུ་བཞུར་དུས་སྐྱོལ་མའི་སེམས་སུ་མི་ངན་འདི་རྒྱ་རྒྱ་མ་རབས་ཐམས་ཅད་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཡང་ན་མི་གསོད་ལག་དམར་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྐྱེ་མཁེན་གང་ལྟར་གཤེན་རྒྱུ་ལོ་ལོ་ལོ་སྐྱོ་འགྲམ་ནས་ཆོ་སྒྲིག་ཐར་སྐད་རང་སྒྲིག་འབེན་ལ་བཅུ་གསལ་ནས་སྐྱོས་སྐྱོལ་དུ་ཡོང་བ་ལྟར་བྱར་མའོན་སྐབས་མོ་རང་གི་སེམས་སུ་དེ་བས་དངངས་སྐྱག་འཕར་མ་ཞིག་སྐྱེ་བས།

དུས་ལུན་གང་མཆམས་ཤིག་ནས་སྐྱོལ་མས་”སྐྱེ་མཁེན་ང་ལ་སྐྱུག་པོ་འདི་ལྟར་མ་གཏོང་རོགས། ངས་ཁྱེད་ལ་གཏོད་པའི་བྱ་བ་གང་ཡང་བཅུ་མ་ལྔ་པ་ཡོང་”ཞེས་ཁོ་མོའི་མིག་ནང་མཆིལ་ཞགས་འཁོར་ཞིང་དོ་གཏོང་དམར་སྐྱག་དུ་གྱུར་ནས་དེ་ལྟར་སྐྱས།

ཁོས་སྐྱོད་ཡངས་ཀྱི་འཆིང་ཐག་དགོལ་རྒྱ་ལྟ་ཅེ་ད་དུང་ཁོས་”ཁ་བཅུ་མ་ལྔ་པ་ཞིག་”ཞེས་ཁོ་མོའི་ངོ་ལ་ཁོ་ཉམས་ཀྱི་གཉེར་མ་བསྐྱེད་ནས་སྐྱས། སྐྱོལ་མ་ནི་དེ་བས་ཏང་སངས་ཉོན་འཛོར་གྱི་ལམ་ནས་རེ་ཞིག་མེ་ཆུ་བས་ཁོང་གྱི་བ་སྐྱེ་འབྱུང་པ་བཞིན་དུ་གྱུར། དུས་ལུན་རིང་ཅམ་སོང་རྗེས་ཁོས་སྐྱོ་བྱར་སྐྱོད་དེ་”ཁ་ལག་འཁྱེར་ཤོག་ཟེ་མ་འཁྱེར་ཤོག”ཅེས་ནན་སྐྱུལ་ཀྱིས་བཀའ་མངགས་ཐབ་དོ་བསྐྱེད་བ་ལྟར་བསྐྱུལ། སྐྱོལ་མས་སྐད་ཆ་དེ་ཐོས་མ་ཐག་མིག་ཅེ་རེར་གདངས་ནས་སྐྱེ་མཁེན་གང་ལྟར་བ་བཞིན་གོ་མ་པའི་འདེགས་འཛོགས་འབྱུང་འཁྱེར་དང་སྐྱར་བར་སྐྱར་དུ་གཡོས་ཁང་གི་ཕྱོགས་སུ་སྐྱོས་སྐྱས། ཁོས་”སྐྱོད་དང་། ཁྱེད་རང་གིས་ཁོ་ལོ་བསྐྱེད་ཐབས་མ་བྱས་མ་གཏོགས་ངས་གྱི་འདི་འཛོམས་དོགས་མེད་པར་བཅུ་གཞི་ངོ་ལ་སྐྱེད་རྗེ་མི་འདུག་ཅེས་མ་ཟེར་རོགས་”ཞེས་དོ་གཏོང་སྐྱག་ཅིང་སྐད་དག་ཅུང་ཤུར་སྐྱེའི་ལམ་ནས་འདི་ལྟར་སྐྱས། སྐྱོལ་མའི་མགོ་བོ་དུད་ཅམ་དུད་ཅམ་བྱས་ཤིང་ལག་གཉིས་འདར་འདར་གྱིས་ཐབ་ཆང་གི་སྐྱོ་ཁ་ནས་”ཁྱེད་རང་” “ཁྱེད་རང་” “དེ་རང་ལ་བཞུགས་དང་ངས་ཁ་ལག་མཁྱོགས་པོར་བསྐྱུལ་ཆོག”ཅེས་བརྗོད། རིང་པོ་མི་ཐོགས་པར་ཟས་སྐྱུམ་བག་ཅན་མང་དག་ཅིག་མདུན་ཅོག་གི་ཐོག་དུ་སྐྱར་བཞགས་བྱས། མི་དེ་ཡིས་སྐྱོལ་མའི་ངོ་ལ་འུག་ཅན་གྱི་མིག་བྱང་བཞིན་ཉམས་ལྡན་དང་ལྟ་ཅམ་ལྟ་ཅམ་བྱས། ལག་དུ་ཐོགས་པའི་གྱི་དེ་ཅོག་ཅེའི་ཐོག་དུ་འུགས་ཆེར་བཅུ་གསལ་ནས་ཁོ་མོའི་ངོ་ལ་སྐྱེགས་མོ་ཡི་མཇུ་བ་ཅེ་རྒྱུང་གིན་”ཁྱེད་རང་འདི་རང་ལ་འདུག་དགོས་པ་མ་གཏོགས་གཞན་གང་དུ་འང་འཁྲོ་མི་ཆོག”ཅེས་བརྗོད།

རེ་ཞིག་ཁ་ཟས་ཀྱི་རི་དང་སྐྱ་ལ་འཐུལ་དུས་ཁོ་རང་བཞེས་སྐྱོགས་ཀྱིས་གདུང་འུགས་

ཐག་པས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཐོག་ཏུ་འདྲེ་ཁོམ་མེད་པར་ལམ་སང་གཅན་གཅན་གཏུམ་པོས་ཤིག་
རྒྱས་འཆའ་བ་བཞིན་དུ་རྒྱུ།

དེའི་སྐབས་སུ་སྒྲོལ་མའི་མིག་བྱང་གཉིས་ཀེམ་ཀེམ་འགྲུལ་གྱིན་ཁོང་ལ་དོ་སྣང་ཟབ་ཏུ་
བྱས་ཆེ་མི་དེའི་ལུས་པོ་རིང་ལ་ཅུང་ཟད་རིང་བ། མདོག་དཀར་ལ་སྒྲིན་མ་སྒྱག་བ། རོ་གདོང་
གི་དབྱིབས་གཟུགས་ལེགས་ལ་ཨོག་ཆོམ་ཀྱང་ཡོད་པ་སྟོན་དུ་གོས་རལ་ཞིག་གིས་ལུས་སྐྱམ་
ལ་མ་སྐྱམ་དུ་ཡོད་ཅིང་།

མི་དེའི་ཡིད་ཀྱི་བརྟན་པ་ཡོངས་ཚོགས་ཁ་ཟས་ལ་འབྲེང་ནས་རེ་ཞིག་ཁོའི་ནམ་འགྲུང་
ཡང་རྟོག་བྲལ་གྱི་ཅུ་མིག་ལྟ་བུར་གྱུར་སྟབས་མོས་སྐད་གདངས་ལྟབ་ལྟབ་ཀྱི་ལམ་ནས།
“ཁྱེད་རང་སྲུ་ཡིན་ནམ”ཞེས་ངེས་པ་དང་ལྷན་ཁོ་མོའི་མགོ་བོ་སྒྲུར་ཅམ་བྱེད་ཅིང་སེམས་ཚུང་
བག་ལེབས་ཀྱི་རང་མདངས་མདོན་བཞིན་དེ་ལྟར་བཤད།

ཁོས་སྐད་ཆ་དེ་ན་བར་ཐོས་དུས་ལམ་སང་དགྱེ་ཅམ་བྱས་ནས་ “མྱ” “མྱ” “མྱ”
གཡོ་ཅན་ཁ་འཇམ་ཁྱེད་རང་གིས་ཁོ་བོ་བསྐྱུ་ཅིས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་དམ” ཞེས་སྐད་ལྟགས་ཆེན་
པོས་དེ་ལྟར་བཤད།

མོས་མགོ་བོ་གཡོ་ཅམ་གཡོ་ཅམ་བྱས་ནས་ “མ་རེད། མ་རེད། ཁྱེད་རང་གིས་
དགོངས་པ་བཞེས་ཕྱོགས་ནད་དེ་འཆུག་སོང་། ངས་ཁྱེད་རང་ལ་གཤོད་སེམས་བཅངས་
དགོས་བསམ་བའི་བསམ་སྒྲོ་ཅ་ནས་མེད་”ཞེས་བརྗོད་ནས་སྐད་ཆའི་འགྲོས་དང་ལྷན་དུ་མོ་
རང་གི་ཞལ་རས་འདི་དལ་གྱིས་བཀྲགས་ནས་རེ་ཞིག་མི་དེའི་ངོ་ལ་ཐད་ཀར་བལྟས་མོད། འོན་
ཀྱང་ཁོས་བརྗོད་ལན་གང་ཡང་མ་བྱེད་པར་སྲུ་མ་སྐྱེད་ཁ་ཟས་ལ་རོལ། དུས་ཚོད་སྤང་ཅམ་ཡོལ་
རྗེས་ཁོས་སྐྱས་པ། “ཁྱེད་རང་ལ་ངའི་སྐོར་ཉན་འདོད་དངོས་གནས་ཡོད་དམ”ཞེས་
ངེས། མོས་ཆོག་འདི་ན་བར་ཐོས་དུས་འཇུག་ཞིག་བསྟན་ནས་མོའི་མགོ་བོ་ཡང་དུད་ཅམ་
དུད་ཅམ་བྱས། དེ་ནས་མི་དེ་པར་འགྲོ་ཚུར་འགྲོ་ལན་འགའ་བྱེད་བཞིན་སྐྱས་པ། “ཉེན་ཉོག་པ་
དེ་ཆོར་སྤྱང་རྗེ་མེད་པའི་བྱོལ་སོང་རང་རེད”ཞེས་འཇུན་སྒྲུའི་ལམ་ནས་ཆོག་ལབ་ཅིག་བརྒྱབ་
པ་དང་ལྷན་སྲུ་མ་སྐྱེད་གསུངས་དོན། “ཁྱེད་རང་གིས་བསམ་སྒྲོ་ཐོངས་དང་ཐེངས་ཤིག་ངའི་
རང་གི་བྲིམ་ཆང་ལ་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་གོད་ཆག་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱང་སྟབས་ནང་གི་
འཚོ་གནས་ཉན་རེ་བཞིན་རེ་སྒྱག་རེ་ཞན་དུ་སོང་ནས་རེ་ཞིག་ཟས་གོས་ཀྱིས་ཐོངས་པ་ལྟ་བུའི་
གནས་སུ་སྤྱང་། ནང་ལ་བྱ་སྒྱག་གཅིག་ཀྱང་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་གཉེན་བསྐྱེགས་ཟེན་པའི་ང་
རང་གི་བཟའ་ཆེ་ལ་མངལ་ཆགས་ཡོད། མ་གཞི་མོ་རང་འཕྲོད་བསྟེན་ཐད་དཀའ་ངལ་ཅུང་ཟད་
འཕྲད་པ་མ་གཏོགས་རྒྱན་ལྷན་ནས་ང་ལ་བརྟེ་དུང་ཟབ་ཅིང་གཞུང་འཇུག་བཅས་ཀྱི་
ཉམས་དང་ལྷན་པ། རང་གཞིས་བཟང་ལ་ལས་དོན་གང་གི་ཐད་བྱང་ཆ་ལྷན་པའི་མདུན་བྱང་གི་བྱ་

མོ་ཞིག་གི་མཆན་གཞི་འཛོག་དགོས་ན་ཏུ་ལམ་མོ་ལས་འོས་ཆེ་བ་ཞིག་འདི་གཉིས་འདིའི་
 ཐོག་ཏུ་ཅང་ཉུང་ཟེར་ན་མ་འགྲིག་རྒྱ་གང་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་། མོ་ལ་མངལ་སྒྲུབ་ནས་བདུན་
 འུས་རྗེས། རང་ལ་ཆག་སྒོ་འདི་བྱང་ཅང་མོ་རང་ཉིད་རེ་བཞིན་སེམས་གཏུང་གི་ཏུ་དོག་ཏུ་འགྲོ་
 ཞིང་ཐན་དོན་དག་རྒྱུ་ཆགས་རིགས་ལ་འང་ཁོ་ཆོག་གི་ལམ་ནས་བཀའ་བཀྲོན་གནང་སྐྱབས་
 ལ་གཞིགས་ན་དེ་ཕྱོད་རང་དང་སྤྱིད་སྤྱུག་མཉམ་སྦྲུང་བྱེད་མཁན་གྱི་བདེ་དབྱངས་འདི་ཨེ་ཡིན་
 རམ་སྒྲུབ་པའི་ཆོར་སྤང་ཞིག་ཡང་ཡང་སྤེལ་སྤྱོད་ཀྱི་རམ་མོ་རང་གི་སྤྱོད་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུར་
 འགྱུར་ཤོག་འགྲོ་དུས་མོ་རང་ལ་ཐུགས་ཁག་རྩ་ནས་མེད་སྒྲུབ་ནས་མོ་རང་གི་བསམ་དོན་མ་
 ལུས་བསྐྱབ་རྒྱ་ནི་རང་གི་ཆེ་སྤོག་ལས་ཀྱང་གཅིག་མཆོད་ཆེ་བ་བཟུང་ནས་ཉིད་རེའི་བྱ་བཞག་
 ཀྱང་ལ་འབད་འབྱངས་རྒྱ་གཉེར་བཞིན་དུ་བྱས་པ་ཡིན། ཉིན་ཞིག་རང་ལས་ཀ་ཆར་ནས་
 རང་ལ་ཡོང་དུས་མོ་རང་ས་སྤྱོད་ཐོག་དམ་མེད་དུ་འགྲེལ་ནས་འདུག ། ཁོ་བོས་གང་མཁྲོགས་
 མལ་ཁྲིའི་ཐོག་བཞག་ནས་མོ་རང་དམ་ཤེས་གསོ་སྤྱད་འོ་ལ་རྒྱ་སྒྲར་བ་དང་ཤོད་འཇམ་སྒྲུབ་ས་
 པའི་ཁ་ལག་སྤྱོད་མང་དག་ཅིག་སྤྱོད་བ་ཡིན། རང་རང་སྤྱུག་གིས་མ་བཟོད་པར་བྱེད་རང་དམ་
 པ་གསོས་དང་ཞེས་དུ་འཛོད་ཀྱི་ར་རོ་ལན་བརྒྱུར་སྤོག་རྗེས་གཞི་ནས་མོ་རང་གི་མིག་ལྷེབས་
 ལེབ་མོ་གཡོ་ཙམ་གཡོ་ཙམ་བྱས་སོང་། རྒྱལ་པོ་དེའི་དུས་ཁོ་བོའི་མིག་ནང་མཆིལ་ཞགས་ཤིག་
 རང་དབང་མེད་པར་འཁོར་སོང་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་མིག་རྒྱ་འདི་དེའི་སེམས་ཁོངས་ན་དགའ་བདེའི་
 རྒྱལ་པོ་བྱེད་མཁའ་ལ་འཕྱུར་བའི་སྤྱོད་གི་ཐིག་ལེ་ཞིག་ཡིན་དུས་ཁོ་བོའི་བྱད་བཞིན་དང་ལྟན་
 དུ་འཐམ་འཁྱུད་བྱེད་རྒྱལ་པོ་ཁོ་བོ་དང་དེའི་རོ་གདོང་གི་བར་དུ་རིམ་གྱིས་བཞུར་སོང་། ཞེས་
 བརྗོད་ནས་ཁོ་རང་གི་མིག་ནང་མཆིལ་ཞགས་འཁོར་སྐྱབས་ལ་དབག་ན་སྤོལ་པའི་སེམས་སུ་
 དེ་སྤོན་ཁོས་ཤོར་སྤོང་བའི་མཆི་མའི་དམ་གདུང་གི་མིག་རྒྱ་ཞིག་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་མཛོན།

ཁོས་ད་དུང་སྒྲུབ་པ། རང་གི་འཆོ་གནས་ཉིད་རེ་བཞིན་རེ་སྤྱུག་རེ་ཞན་དུ་འགྲོ་
 སྐབས་མོ་རང་གི་ལུས་པོར་སྤྱན་པའི་ཁ་ཟས་ཤིག་སྤྱོད་སྐབ་རྒྱ་ལྟ་ཞོག་ཐན་རྒྱ་འུས་རྗེས་ནང་
 གི་བཟའ་རྒྱ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་སོང་། ཁོ་བོའི་བཟའ་རྒྱ་དང་མངལ་ན་ཡོད་པའི་ཁྱི་ཏུ་དེའི་སྤྱད་
 ཁྲིལ་དང་རོ་ཆ་ཡོངས་སུ་རྒྱུ་བ་དུ་བསྐྱར་ནས་ལས་ངན་སྤོང་མོའི་ལམ་ལ་མ་ཞུགས་ཐབས་མེད་
 གྱི་གནས་སུ་བྱུང་། ཁོས་རྒྱ་པོར་བ་གང་ཏུ་བ་གཅིག་ལ་མིད་པས་རྒྱ་ཏུང་ཏུང་ཞིག་ས་
 སྤྱོད་དུ་ཁ་ཐུར་ནས་སྤྱོད་། ལག་གཡས་པའི་སྤྱ་སྤྱང་གི་སྤྱོ་མོས་བྱིས་ཙམ་ཞིག་བྱས་ནས་ཡང་
 སྤྱས་པ། “དེ་སྤོན་རང་གི་ཁྲིམ་གཞིའི་འཆོ་གནས་ཁྱོང་ཆོའི་ནང་ནས་སྤལ་དུ་བྱུང་བའི་གས་
 ཁོངས་སུ་ཡིན་དུས་ཉིད་རེ་བཞིན་འཇུག་གིས་བསྐྱུལ་ཏུ་ཅང་མང་མོད། འོན་ཀྱང་ནང་ལ་
 བོད་ཆག་ཤོར་བ་ནས་བཟུང་དེ་དག་གི་རྩམ་འགྱུར་ནི་ཆོར་མེད་ཀྱི་སེམ་པོ་བཞིན་དུ་བྱུར་སོང་
 བ་ཏུ་ཅང་མང་། ཁོ་བོ་ཉིད་གང་པོར་དལ་འདུག་མེད་པར་རྒྱལ་ནག་གིས་བརྒྱན་ནའང་ད་དུང་
 འདོད་སྤོང་ཆོ་ཆེས་པའི་ཟས་གོས་ཤིག་རྗེད་རྒྱ་ལྟ་ཞོག་དེ་ལས་ཤོག་སྤྱོད་མི་ལ་ལས་ངོ་ཀྟག་མིག་

ཅེས་ཀྱི་ནུས་འགྱུར་འཕེལ་རྒྱས་ནས་ཁྱེད་རང་ལ་ངལ་ཚོལ་གྱི་བྱ་བར་ཞུགས་སྐྱེད་དཔལ་རྒྱས་
ཆ་ཆར་ལྡན་བཞིན་དུ་དུང་ཁྱི་ཁྱོད་ལྟ་བུ་བཅའ་བ་ལྟར་ཡར་རྒྱུག་མར་རྒྱུག་བྱས་པ་དོ་མི་
ཆའམ་ཞེས་ཟེར་ནས་ང་རང་ལ་རམ་འདེགས་བྱེད་མཁན་ནི་ཉ་ཅང་ཉལ་ཞེས་བརྗོད་ནས་ཁོས་
ལག་བར་ལ་ཡོད་ན་ནུས་འཁལ་བྱ་འཁོར་ཞེས་པའི་ཁ་དཔེ་དེ་ཅི་འདྲ་བཞེན་པ་རེད་ཅེས་ཞེས་
བརྗོད་ནས་སྐབས་དེར་ཁོས་སྒྲོལ་མའི་དོལ་ཅུང་ནན་ཉན་གྱི་ནུས་འགྱུར་ཞེས་ཀྱང་གསལ་ལ།

ཁོས་ད་དུང་སྒྲུབ་པ་“ཉིན་ཞིག་ང་རང་ལྷ་སྐྱུ་ཐབས་ཐད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཅང་འགྱུར་
ལྡན་གྱི་ཆོང་ཁང་ཞིག་ནས་བག་ལེབ་རེ་བྱང་རིན་མེད་དུ་འཁྱེར་ནས་བློས་བྱོལ་དུ་སོང་བ་
ཡིན། ལྷ་བས་མ་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་ང་རང་ཉིན་རྒྱུག་པས་འཛིན་བཟུང་བྱས་སོང་།” ཁོས་ལག་
བ་གཡས་པས་བྱང་ཐོག་ཏུ་རྟེན་ཅན་གྱི་ནུས་སྒྲུབ་པ། “ངས་ལམ་སང་ལྷ་ས་མོ་ལྷ་ང་ས་ལ་
བཅུགས་ནས་དུ་འཕོད་བྱེད་ཀྱིན་ཁོ་མོའི་ནང་གི་གནས་ཚུལ་ཆང་མ་ཁ་གསལ་གཏོང་གསལ་
དུ་བརྗོད་པ་ཡིན། ཉིན་རྒྱུག་པས་ཉན་འཛིན་ཅན་མེད་པར་སྤྲ་མཁེགས་ཀྱི་དབྱུག་གྲུས་
འཛེམས་དོགས་མེད་པར་རྒྱང་རྟེན་ཆད་མེད་གཏོང་བཞིན་བཅོན་ཁང་ནང་ཁྱེད་སོང་། བཅོན་
ཁང་ནང་སྐབས་སྤར་པའི་ལྷ་ས་པོ་འཕྲེད་དུ་ཐག་པས་དམ་པོར་བཞུགས་ནས་ཀྱང་པའི་མཐེལ་
ལ་དབྱུག་གྲུས་ལན་མང་གཞུས་སོང་། སྐབས་འདིར་ལྷ་ས་པོའི་ཅ་རྒྱུད་ཡོངས་རྫོགས་ཤེལ་
གྱིས་དལ་བྱར་གཤགས་པ་དང་མཚུངས་ལ་ལྷག་པར་མཚུབ་མེན་མོའི་ཅེ་ལ་ཁབ་རེར་བསྐྱེན་
སྐབས་ཆོད་མེད་དུ་འཕག་གིན་པའི་སྤྱིང་ཁར་ཤེལ་གྱིས་ལན་བརྒྱར་གཤགས་པ་དང་གཉིས་
སྤྲ་མ་མཆིས་སྐབས་ང་རང་འཆི་གསོན་གང་ལ་སྐྱུ་ཡོད་པའང་རྫོགས་མི་སྐབ་པ་ལྷ་བྱར་བྱར་
སོང་ཞེས་བརྗོད། ཁོ་རང་གི་མཆི་མའི་བཞུར་རྒྱུན་ལན་འགའ་ཞིག་ཅེས་ཀྱི་ཅན་བྱས་ནས་སྤྲ་
མ་ཐུད་སྐབས་བ་“ང་རང་སྐྱུ་པོ་འདི་ལྷ་ས་ཐངས་ནས་གསོན་པ་ལས་རང་སྟོག་རང་གིས་དབྱུག་
རྒྱ་བྱང་ན་ཅི་མ་རུང་སྐྱུ་པའི་མཚོ་བསམ་ཞིག་ཡང་ཡང་འཁོར་སྤོང་ལ་དངོས་སྤྱ་ཁ་ཕྱོགས་
བྱལ་བ་བྱེད་དུས་མེས་པ་བཟང་གི་མཛའ་མོ་མིག་མདུན་དུ་ཁ་ལྷེམ་ལྷེམ་འཆར་ཞིང་གལ་ཏེ་ང་
རང་གི་ན་མོ་རང་དེ་བས་སྒྲོ་གདུང་བྱས་མཁར་གྱི་རེད་སྐྱུ་པ་སྤྱིའི་ཐག་པ་ལན་མང་
བསྐྱར་བཀོལ་བྱས་པ་ཡིན། ཁྱེད་རང་གིས་ལྷོས་དང་ཉིན་རྒྱུག་པས་ཁོ་མོ་རྒྱང་རྟེན་བྱས་པའི་
ལྷ་མེས་ཀྱི་མ་ཁ་ལ་“སྤྱི་གོས་ལྷད་ནས་སྒྲོལ་མར་བསྐྱེད། ལྷ་ས་པོར་མས་པའི་མ་ཁ་ནས་
གཤེར་ཁ་སེར་སྤྱ་ལྷག་ལྷག་ཏུ་འཛགས་པ་དང་ད་དུང་རུས་ཆོགས་ནམས་སྤོ་མདངས་མདངས་
གྱིས་སྤང་བ་སོགས་སྒྲོལ་མས་མཐོང་དུས་ཁོ་མོའི་སྤྱིང་ཁར་ཆད་བལ་དབལ་གྱི་ལྷགས་ཅེ་ནོན་
པོ་ཞིག་ཐུག་པ་བཞིན་རང་ཁ་རང་གིས་བཀའ་ནས་མིག་སྒྲོ་ཆེ་ཆེར་བསྐྱེད་ཀྱིན་“ཨ་མ” ཞེས་
རང་དབང་མེད་པར་ཆོག་བྱང་འདི་ཁོ་མོའི་དག་ལས་སྐྱུ་དབྱངས་དང་བཅས་ཏེ་ཤོར།

ཁོས་སྤྲ་མ་ཐུད་ནས་སྐབས་བ་“ང་རང་བཞེས་པ་དང་རྫོགས་པ་། རྫོམ་པ་དང་འབྲུག་པ་།
ད་དུང་སྐྱུ་པ་དང་དུབ་པ་བཅས་ཀྱིས་ཉིན་གསུམ་བསྐྱེན་མར་མཁར་བས་སྐྱུ་བསྐྱེད་དང་།

ལྷག་པར་བཟུང་ཆུང་ལོ་གདོང་མཆི་མས་བཞུན་ནས་ཁོ་པོར་རེ་སྐྱག་གི་ཞལ་མདངས་སྒྱུར་མོ་
འདི་སེམས་ཁོངས་ན་ཡང་ཡང་འཆར་བའི་བློ་གདུང་བཅས་ཀྱིས་བཟོད་སྐྱགས་བྲལ་བས་
བཙོན་རྒྱ་ནས་ནང་ལ་བྱོས་བྱོལ་དུ་བྱིན་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེད།

རིམ་བས་ཁོའི་སྐད་གདངས་འདི་དུ་འབོད་ཀྱི་དབངས་སུ་ལྷང་བ་དང་ལྷན་ཁྱེད་རང་གིས་
ཤེས་སམ། ང་རང་ནང་གི་སྒོ་འགམ་སྤེབས་སུ་རངས་སྒོལ་མ། སྒོལ་མ་ཞེས་འབོད་ཀྱིན་གོ་མ་
པའི་འདེགས་འཛོག་སྒོ་ཐེམ་གི་ནང་ལ་བཞག་དུས་ཁོ་མོའི་མིག་ཅེ་རེར་ངང་བྱངས་ཐྱག་གི་
རྒྱན་འཁོར་ཐད་དེ་ཆད་ཆར་འདུག་ཞེས་བརྗོད།

ཁོས་དེ་བས་འཁུན་སྒྲ་དང་བཅས་ཏེ་“དཀོན་མཆོག་གིས་མཁུན་མི་ངན་འདི་ཆོ་ད་ལྟ་རང་
ཤུལ་ཅམ་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུ་ལ། མི་ངན་འདི་ཆོ་ད་ལྟ་རང་ཙུལ་མེད་པར་བཟོ་རྒྱུ་དཀོན་
མཆོག་གིས་མཁུན་ཞེས་ཟེད་ཀྱིན་རེ་ཞིག་ཁོ་རང་བློ་མེད་དུ་བརྒྱུ།

སྒོལ་མའི་མིག་ནས་མཆི་མ་བཟུར་ཀྱིན་ལྷང་མེད་བཅེ་དུང་གིས་སྐྱག་པའི་མོ་ཆོད་ཀྱི་དཔྱལ་
བར་འཇམ་ཞིང་མཉེན་པའི་ཕྱག་བྱང་ཡངས་པོས་དལ་དལ་ངང་བྱེལ་བྱེལ་བྱས། དེའི་ཇེས་ལོ་
ལ་སྐྱན་སྒྱུན་ཞིང་ལུས་པོའི་མ་ཁ་གསོ་སྐད་སྐྱན་མཆོག་བདུད་ཅིའི་ཉིང་ཁྱ་ཡང་ཡང་བྱགས་
ནས་མ་ཁར་རྒྱག་མ་བསགས་པའི་ཐབས་གང་བྱག་བྱེད། འབྲི་མོའི་ལོ་མ་བསྐོས་ནས་སྐར་
མ་གང་རེ་ཁ་ལ་སྐྱད་པ་དང་ད་དུང་རོ་བཅུད་ལྷན་པའི་རྩམ་པ་བསྐོས་ཏེ་བྱིན་པས་རིང་པོ་མི་
ཐོགས་པར་བྱས་པའི་ལས་ལ་དོན་འབྲས་རྣམས་པར་སྤྲིན་ནས་མི་དེའི་ལུས་པོ་རིམ་བཞེན་སོས།
ཤིང་ཤུགས་ཀྱང་རྒྱས། ཁ་ངོ་ལས་དམར་མདངས་ཀྱང་ཆགས།

ད་དུང་སྒོལ་མའི་ངག་ལས་ཐ་མ་མང་ཅམ་ཐོས་ན་ལུས་པོ་སྐར་གསོ་ཡོང་བ་ལ་
པན་ཐོག་ཅེས་བྱམས་སེམས་ཐབ་མོས་བསྐྱངས་ཏེ་སྐྱས་པས་མི་དེའི་ཡིད་སྐྱོང་ནམ་མཁའི་
དབྱིངས་སུ་མོ་ལ་བཙོས་མིན་གཡོ་མིན་རྒྱན་མིན་བཅས་ཀྱི་བཅེ་དུང་གི་རྩ་འཛིན་དཀར་པོ་
ལང་ལོང་དུ་འཕྱར་རོ།

པམ་ཉེས་ཀྱིས་ཉམས་སྤོང་ནང་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ལེན་ཤེས་པ་བྱ་དགོས་པ་ལས།
པམ་ཉེས་ངོས་ལེན་བྱ་རྒྱུར་སྐྱག་སྐྱང་བྱ་མི་རུང་། ལེ་ཉིང་གིས།

སྐྱོད་ཆོས་འཕེལ་སྤྱོད་ཆེ་རིང་གི་རྒྱུ་བྱེད་པ།

དག་དབང་ཚུལ་ཁྲིམས། རིག་གནས་གསུམ་པ།
ཆོས་པ་བརྒྱུད།

འདུ་བའི་ཁྱེད་ཀྱི།

ཐོག་ས་པོ་ཞིག་དང་བའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཉིད་ལ་བྱིས།

ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཡང་ཐོག་འཛུགས་ཏེ་ལེ་བར་ཁྱི་ལི་སྟོང་ཁམས་ཆེན་མོར་བྱུང་ལྟ་བུས།
ཁྱེད་ཀྱི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་
མཛེས་སྤྱོད་དུ་བྱུང་ཁྱེད་ཀྱི་ཡང་ཐོག་འཛུགས་ཏེ་ལེ་བར་ཁྱི་ལི་སྟོང་ཁམས་ཆེན་མོར་བྱུང་ལྟ་བུས།
ལག་ས་པོས།
ཡང་ཐོག་ཀྱི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་
བས་ཡིན།

ཁྱེད་ཀྱི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་
གསུམ་པ།

སྐྱོད་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་
མཛེས་སྤྱོད་ཀྱིས།
དམ་བཅའ་མཛེས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་
ཐོབ་སྤྱོད་ཀྱིས།

བདེན་པའི་རང་སྤྱོད་

ཉིས་སྟོང་དུ་བྱུང་ཁྱེད་ཀྱི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་

ཐོ་བརྒྱུད་ཀྱིས་ཐོ་བརྒྱུད་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཕྱི་དྲུག་ཁང་པའི་ཐོག་པོ་ཞིག་ཀྱིས་

ན་གཞོན་དར་མས་ཀྱང་ལྷན་གྱིན་ནས་སྤྲུལ་ཐུང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ས་བསྐྱོད།
བཅུ་དྲུག་ཀྱང་པོས་འཁར་བའི་ཐོག་ས་ཀྱིས་རམ་བཞེད་རི་བོ་ཐོལ་གྱིས་བཞུ།
བདག་ཀྱང་མཆོ་གྱུའི་སྤྲུག་ལ་བཞོན་ཏེ་ངམ་གནག་རྒྱ་མཆོའི་སྐྱོང་དུ་ཞུགས།

ཁི་སྤྲུག་སྤྱི་བའི་མདུན་སྐྱོད་ལམ་ཆེན་གསལ་བྱེད་ཉི་མ་ཁོ་ནའོ།

ཡ་ཐོག་དེལ་རྩིང་དམ་པོས་བཏེགས་ཏེ་རང་གི་མགོ་པོས་ཤུགས་ཀྱིས་བརྟུངས།
དེལ་རྩིང་སྒྲན་སྒྲན་མའི་སྤྲུག་གི་རྒྱན་ཐག་བསྐྱལ་བའི་བར་དུ་བསྐྱེད་ས་སོ་ལོ།

མི་རྒྱལ་བའི་ཕྱག་རྒྱུང་རིང་མོ།

ས་རྩ་དབུ་བརྩེས་པའི་དུས་སྟོན་དུ་ཀན་དམ་ས་ལ་སྤྲུལ།

གཟུར་གནས་ངག་ལས་བྱེད་མཆོན་ཐོས་དུས་སྟོང་ལ་དགའ་བྱས་སྟོག་ཞགས་འབྱུགས།
ཞབས་རྩེས་དཀར་པོ་མིག་ལ་བཞད་པས་ཀྱུན་རྟོག་སེམས་ཀྱི་བ་སྤྲུག་ཡོས།
གཟུགས་སྤྱི་བའོད་པ་མཐོང་སྐལ་མ་གྱུར་ཡིད་ལ་སྤྲུང་ན་ཁུར་བོ་ལྟེ།
འོན་ཀྱང་རྒྱལ་སྤྲུལ་དཔལ་བོ་བྱེད་ཀྱིས་ཞི་བའི་དབྱིངས་ནས་སྟོང་གྱིས་གཟིགས།

མི་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱུང་རིང་མོ་བྱེ་རབས་བྱ་ཆའི་ཐེམ་སྐྱས་ལགས།

གནའ་པོ་སེམས་ཀྱི་རོལ་དབྱངས་སྒྲན་མའི་དང་རབས་ཞབས་བྱོས་ལེགས་བརྒྱན་ཏེ།
བཞེན་གཉེན་དམ་པ་བྱེད་ལ་འབྲུལ་ལོ་བྱ་སྟོང་རིག་གནས་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག

པ་ལྟལ་སེམས་པ།

མ་ཉི་ཀ་རན་གྱི་ཚུ་ཆོན་ལ་བསྐྱོད་སྐབས།

སྟོན་དུས་ཡར་འཕྱོག་རང་བྱུང་ཚུ་ཆོན་ལ་ཆོན་བཙོས་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཐོས།
དེ་རིང་སྟོག་སྟོག་བཞོལ་བའི་ཚུ་ཆོན་འབྲས་ཆེན་འཆོད་པ་དངོས་སུ་མཐོང་།
ཡར་འཕྱོག་ཚུ་ཆོན་ལན་བརྒྱར་གཏུབས་ཏེ་རྒྱ་སྐྱོང་མཛུང་ལ་བཏོང་བའི་སྐབས།
འདི་ཡི་རང་སྤྲུལ་པངས་མེད་སེམས་ཀྱིས་ཕྱོགས་བཅུའི་མགོན་པོར་གནང་སྤྱིན་མཛད།

རང་བྱུང་རིན་ཐང་གནས་སྤྲུལ་གྱིས་ལག་བཟོ་མཁས་པས་བསྐྱུན་པ་མིན།

གནས་འདིའི་རང་བྱུང་རིན་ཐང་ཆུ་ཆེན་ཆུ་མོ་ཐང་ཤིང་པ་ཐོང་སོགས།
རང་རང་ས་ན་བདེ་བར་གནས་ཤིང་མཛེས་སྤྱད་འོད་ཀྱི་རྒྱན་ཐག་འཛིན།

དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་།

དུས་རབས་ཀྱི་མེ་ལོང་།

ཐུན་པའི་རི་པོ་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱེད་ས་པས་སྐར་ཆོགས་ཕྱ་མོའི་རྒྱ་ལམ་བཀག་
མཁའ་དབྱིངས་དག་འཁྱུར་ཆུ་འཛིན་རབ་འཁྱུགས་ཐོག་སེར་འབྱུང་བྱུག་ཞིང་ལ་པག།
གདང་ལ་རི་པོའི་ཕྱག་པའི་ཐུན་པོའི་དཔག་ཏུ་མིག་པས་བརྟུངས་བ་ན།
ཉང་རྒྱ་གཙང་པོའི་སྒྲོ་བའི་སྒྲ་སྒྲ་དཔར་པོ་རི་ཡི་སེལ་ནས་གྲགས།

ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་མཆན་མ་སྤྲོད་ཆུ་མེ་ལོང་སྒྲོག་ཡིན།

ཁ་བཏགས་རིང་པོ་རྒྱང་ལ་འཐེན་ཞིང་ཏྲ་ལྷག་རྩལ་མོ་བྱང་བྱ་བསྐྱོར།
ཤར་གྱི་གཡུ་འབྱུག་བྱལ་ལ་འཁྱུག་པ་རྒྱང་ལོག་ཞོར་བྱ་འཛིན་བྱིར་རོ།

ཙོང་ཁའི་ལྗོང་པོ།

སྤྲོད་པ་ཡིད་དམ་ཆེ་རིང་ལ་སྤུལ་བ།

རབ་དཀར་གནས་འདེགས་གངས་རིའི་མཆོད་རྟེན་ཁྱེད་ཀྱི་བསམ་གཞིག་མགོ་བོ་སྟེ།
རབ་གསལ་ནམ་མཁའི་ཞོར་བྱ་བྱང་གང་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱང་གཞིགས་མིག་འབྲས་ཉིད།
འཛད་མེད་རིན་ཆེན་གཉེར་བརྒྱའི་འབྱུང་གནས་ཁྱེད་ཀྱི་རབ་ཡངས་བྲང་ལ་འབྲེལ།
མ་འབྲི་རྩ་གསུམ་བཞུར་བའི་སྒྲ་སྒྲ་ཁྱེད་ཀྱི་མགོན་པའི་རྒྱུང་ནས་བཞོལ།

ཨ་མ་ཙོང་ཁའི་བྱ་རྒྱལ་ཁྱེད་ནི་ངས་དོན་གངས་རིའི་སྒྲ་པ་ལགས།

སྒྲུབ་དཀར་ཅུམ་པའི་ཐོལ་མེད་བཅེ་སེམས་འཇིག་རྟེན་མི་ཡི་དཔལ་དུ་བགོས།
སྒྲུབ་གཡག་རོག་པའི་དུ་ཞགས་རིང་པོ་མ་ཆེན་སྒྲོམ་རའི་གཙུག་ནས་བསྟོད།

གཡུལ་གྱི་རལ་གྱི།

སྒྲུབ་དཀར་འབྲི་མོའི་འོ་མ་འཇོ་བྱིར་དགོ་དགོའི་དབངས་སྒྲུབ་ལེན་པར་བྱེད།
ཐོག་རྩན་རིན་ཐང་མཐོན་པོར་འདེགས་ཆེད་བྱི་དོར་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པ་མཐོང་།
མདོ་མེད་བྱ་མོ་བག་མ་སྟེར་ཁར་ཡག་རབས་བཟང་རབས་བཤད་པ་ཐོས།
རང་འདོད་དངོས་བྱུང་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་སྒྲུབ་སྒྲིལ་མཆོད་བསྟོད་བྱེད་མིན་ནམ།

ཤེས་རབ་དཔལ་པོའི་དཔྱོད་མཆོན་བྲལ་ན་རྩན་པའི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་མི་སྤྱིད།

ཟངས་ལྷགས་གང་ཡིན་དཔྱེ་བ་འབྱེད་པར་རྩལ་མོའི་དོ་ལ་བརྟེན་ནཤེས།
གསེར་བཟང་གཏོ་མ་མཆོག་ཏུ་བཅེ་ཡང་བསྐྱེད་པ་བཅད་བརྟེན་ནས་རྒྱན་དུ་བྱེད།

འཇུག་ཆོན་འདྲ་བའི་སྒྲིག་མོ།

མཁའ་ཡི་རྒྱ་བ་མཛེས་པོ་མཐོང་འདི་རྒྱ་བ་ཁོ་ན་མ་ཞེན་ཅིག
སྒྲུབ་པའི་གོས་ཀྱི་རྒྱན་དང་བྲལ་ན་རང་ལུས་རྗེན་པར་མངོན་ནས་ཡོང་།
ཁྱེད་ཀྱི་ལང་ཆོ་མཆར་སྒྲུག་ལྷན་འདི་བདག་ཁོང་དགའ་བའི་སེམས་པ་ཡིན།
དེའི་བྱིར་དང་རྒྱལ་ཁེངས་དེགས་མ་བྱེད་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་མི་དགོས།

ནམ་རྟོག་ཆོན་ཅིས་བགོས་པའི་འཇིག་རྟེན་མི་བདེན་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་སྤྱེད་སྤྱེད།

ནམ་ཞིག་དགའ་སེམས་མང་ནས་ཞིག་སྟེ་སྒྲུབ་ཁྱེད་གཅིགས་སུ་མ་འཇིན་ཆོ།
སྒྲུབ་དཀར་དང་ནི་མིག་ཟུར་གཉེར་རིས་མི་སྒྲུག་མཆོན་མ་མཐོང་བར་འགྱུར།

བད་ཀྱིན་པའི་བུངས་ཁྲག་

སྐྱོལ་དཀར་ཆེ་སྦྱིད། རིག་གནས་གཉིས་པ།

སྦྱིལ་དང་ཁྲག་སྦྱིན་ཅུས་རྒྱུ།
ཡར་སྦྱང་སྦྱོགས་ནས་འཕེལ་སོང་།
མི་ལོ་དུ་མའི་བར་དུ།
སྦྱོང་དང་སྦྱོན་པའི་སྦྱོང་པ།

ལོ་དང་དུས་རབས་བརྒྱུད་ཅིང་།
སྦྱིང་སྦྱོབས་དར་ཆ་བསྐྱེད་སྟེ།
ལོ་རྒྱུས་གི་ལོ་རྒྱུས།
ཤར་ཅུབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སོང་།

སྦྱོང་སྦྱོན་ལྟ་མཆོའི་སྦྱོང་ནས།
འཕྱུལ་སྦྱོན་མཛའ་མི་རེ་རེས།
གསར་བཏོད་གསེར་གྱི་ལྷགས་ཟམ།
ལྷན་ཆོག་མངའ་ཐང་རྒྱས་ཐལ།

སྦྱོན་རས་གཟེགས་གྱི་ནུས་སྦྱུལ།
བཅན་པོ་སྦྱང་བཅན་སྦྱུང་པོས།
སྦྱིས་སྦྱོབ་ལེས་རབ་སྦྱོབས་གྱིས།
མཐའ་བཞིའི་གཙུག་གི་མངའ་བདག །

མཛའ་སྦྱོན་སྦྱོན་མི་མཆོག་གིས།
བརྒྱ་ཐག་དཀར་བ་སྦྱང་ནས།
ལེས་རིག་སྦྱོ་བརྒྱ་འབྱེད་དེ།
བོད་ལུལ་སྦྱོན་པ་སེལ་སོང་།

གོང་ན་བཅན་པོའི་མངའ་ཐང་།
 བར་ན་ལྷོན་པོའི་ལྷག་བསམ།
 འོག་ན་འབངས་མའི་ཆིག་སྒྲིལ།
 བོད་ཡུལ་བདེ་སྦྱིད་དགའ་ཚེ།

གཅིག་ནས་ཁྲིམས་ལུགས་ཟེལ་ལྷགས།
 གཉིས་ནས་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན།
 ལྷ་ལྷན་ཞིང་ཁམས་འབོད་པའི།
 བོད་ཡུལ་དབང་ཐང་རྒྱས་སོང་།

མཐའ་བཞི་དབང་འོག་བསྐྱུས་པའི།
 ལོ་རྒྱས་དབྱ་ཁྱད་ཐིམ་ཤིང་།
 སྦྱིད་པ་ཡ་གཟུགས་བཅན་པོས།
 བོད་ཡུལ་ཐལ་རྒྱལ་བཏང་ཐལ།

ཅ་ཆེན་གཙུག་ལག་བསྟེ་གནས།
 མཁར་མཐོ་གྲང་རོར་གྲུར་ཅིང་།
 བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་སྒྲེགས་བམ།
 རབ་འབར་མི་ཡི་ཁ་ཟས།

རྒྱང་ཁོད་མར་མེ་འི་བཞིན།
 བོད་ཡུལ་དར་རྒྱད་ལོ་ཟླ།
 ཟྱེ་མས་འདྲེ་ལག་བརྒྱངས་ཏེ།
 བོད་ཡུལ་རྟོར་ཡུལ་གྲུར་སོང་།

ཆེན་པོ་རྟོར་གྱི་འོག་ནས།
 རང་བཅན་ཅ་བ་བཙུགས་ཀྱང་།
 ཆོས་རྒྱད་འཕེན་འཁྲེར་འདུ་ལོང་།
 རྣང་འཁྲུག་ཡང་ཡང་ཤོར་སོང་།

དུས་རབས་བཅུ་བྱུག་བར་དུ།
 རྒྱལ་མ་རིས་ལོ་ཆེ་བརྒྱད་ནས།
 བོད་ཡུལ་གཅིག་གྱུར་ཟེར་བའི།
 མིང་གི་ལྷག་མའང་མི་འདུག །

གོང་ས་རྒྱལ་དབང་ལྡན་པས།
 བོད་ཡུལ་དབང་ལུང་བསྐྱར་ཏེ།
 གཞུང་འཛིན་དགའ་ལྡན་ལོ་བྱང་།
 རང་བཅོན་སྐར་གསེ་བྱས་སོང་།

གཡོ་སྐྱའི་ལས་ལ་བྱང་བའི།
 རྒྱ་དཔར་གྱུང་ཁན་ཏང་གིས།
 ང་དགའི་དོན་རྒྱུན་བསྐྱངས་ཏེ།
 བོད་ཡུལ་ཟ་རྩམ་ཆེ་སོང་།

བྱམས་དང་སྤྱིང་ཐེ་བལ་བའི།
 གླ་མོའི་བྱ་སྤྱོད་རྩལ་པོས།
 ཞི་བདེའི་གནས་མཆོག་ལྷ་ས།
 བཤམ་རའི་ཚུལ་དུ་བསྐྱར་སོང་།

ཞི་བདེའི་ལྷ་བྱ་དཀར་པོས།
 རེ་བ་སྤྲིམ་གང་བསྐྱམས་ཏེ།
 རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ།
 རེ་ཞིག་ཁྱོལ་དགོས་བྱུང་སོང་།

བྱང་བདེན་ཆོ་མིག་གསལ་བའི།
 རྒྱལ་མ་ནས་ཐེབས་པའི་མགོན་པོས།
 ཁོང་གི་ལྷག་བསམ་དཀར་པོས།
 ཡིད་ཀྱི་བརྟན་པ་འཕྲོག་ཐལ།

འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྱི་ཀུན་ནས།
བདེན་པའི་རྒྱལ་སྤྱོད་བྱས་སོང་།
མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་ལྟར།
བོད་གཞུང་སྤར་གསོ་གནང་བྱང་།

གཞིས་ལུས་སྤྱན་ཟེའི་ལ་རྒྱ།
ཨ་ལྷོན་དགྲང་ལ་འགྲན་ཡང་།
ཕྱི་དབང་མཆོན་ལྷེ་ཚོན་པོས།
སྤྱོད་པའི་རང་དབང་འཕྲོག་སོང་།

ཕྱི་སྤོང་ཕུ་བུ་སྤྱན་ཟེ།
རང་དབང་མེད་སྤྱོད་ཡོད་ཀྱང་།
དཔལ་འབྱོར་འགྲན་ཚོད་ཁོད་བྱ།
བན་རྒྱ་སྤོང་མོ་ཡིན་སོང་།

བོད་ཀྱི་རོ་བོ་མཆོན་བྱེད།
བོད་ཀྱི་སྤྱད་ཡིག་ཡིན་ཡང་།
སྤོང་བྱང་ཡིག་ཆ་སོགས་ལ།
བོད་ཡིག་མཐོང་ས་མི་འདུག །

འདི་ལྟར་ལོ་ཟླ་བརྒྱད་ན།
དབང་པོས་ཉམ་བཤད་མི་དགོས།
མན་རྩའི་ཉམས་རྒྱུད་ཇི་བཞིན།
གསོན་པའི་ལས་དབང་མི་འདུག །

བོད་ཀྱི་བསྐྱེད་སྤྱོད་བསམ་ན།
ལ་རྒྱའི་མགོ་བོད་ཀྱི་ཤོག །
བོད་པ་གསོན་འདོད་ཡོད་ན།
བོད་ཀྱི་སྤྱད་ཡིག་སྤྱོད་སྤོག །

ཟད་ཀྱིན་པའི་བྱངས་ཁྲག་

དགོན་མཆོག་གྱུ་མཆོ། དེག་གནས་གཉིས་པ།

དེ་མེད་ཐང་ལ་མཆོ་མོ་འབྱེལ་དུས་ཐ་རྒྱལས་ཆེན་པོ་དགྲུང་ལ་འབྱོ།
བརྟན་གཡོའི་འཇིག་རྟེན་འགྱུར་ལྷོག་ཅིག་གིས་ཚུ་ཆེན་མ་ལུས་ས་རུ་བྲངས།
ཚུ་རྣམས་བྱེ་བའི་རྗེས་ལུ་དེ་ཡིས་ལ་དང་ལུང་པའི་གཟུགས་དེས་བསྐྱེན།
ཤར་ལྷོའི་མཆོ་འོག་ས་ཆད་མང་པོས་མཆོ་བོད་མཐོ་སྒྲུང་དབྱེངས་སུ་འཕགས།

ལྷ་ལས་ཆད་པའི་སྤྱེལ་ཞིག་གིས་བྲག་སྐྱིབས་དབར་ནས་ཞི་བ་འཆོལ།
རྗེ་བཙུན་སྤྱོལ་མའི་རྣམ་སྤྱུལ་ཞིག་གིས་འདོད་ཚུལ་ཆུལ་གྱིས་བྲག་སྐྱོར་ཞུགས།
འདོད་པས་གཟེར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཉམས་སྤྱང་བྱང་སེམས་སྤྱེལ་སྤྱན་སྤར་བསྐྱེན།
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་སྤྱིང་རྗེས་མ་བཟོད་ཉིང་འཇིག་ལས་ཁྲོལ་རེ་འདུན་བསྐྱངས།

སྤྱན་རས་ལྷ་ཡི་ཐུགས་བསྐྱེད་ཟབ་མོས་གངས་ཅན་མེས་པོ་གདོང་དུག་བྱང་།
རྗེ་བཙུན་མ་ཡི་བྱིན་རྒྱལས་འོག་ནས་ཡབ་མེས་དེ་དག་གཉིས་ལག་རྒྱས།
སྤྱིས་ཤིང་མཆར་བའི་གཅེས་སྤྱག་མང་པོས་ཤིང་གི་ལོ་རྟོག་ཟས་སུ་སྤྱད།
ས་ཆེན་ཅེ་མོར་སྤྱེལ་སྤྱག་དེ་དག་མི་རུ་གྱུར་བའི་སྤྱན་པ་འབར།

སྤྱོ་བོའི་ཡུལ་ནས་བཅན་གྱིས་སྤྱུགས་པའི་མི་རྒྱུང་འབྱམས་པོ་རྒྱུང་ལ་གྱེས།
གང་དུ་བསྐྱོད་པའི་སོ་མཆམས་རེ་རེར་ཇག་རྒྱན་དག་ཡིས་འཇབ་ཀྱིལ་ཀྱོད།
རྒྱ་དང་འབྱོར་བའི་སྤྱིས་བཟང་མེད་འདིས་དཔའ་སྤྱོད་ཆེན་པོས་དགྲ་ཀྱན་བསྐྱེན།
ཡར་སྤྱང་གཅང་པོའི་འགྲམ་འོག་ཤིག་ནས་སྤྱར་རྒྱལ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཐབ་བཙུགས།

རྟིང་ལ་རུལ་བའི་དབྱེ་འབྱེད་བསམ་སྒྲོས་ཡབ་ཆེན་དམ་པའི་ཆེ་སྤྱོག་བཀུགས།
རྒྱལ་བོ་མེད་པའི་བཅན་པོའི་རྒྱལ་སྤྱིད་ལ་ཁའི་དར་ལྷོག་བཞིན་དུ་གཡོ།
ལོ་རྒྱུང་གིས་པས་ཞི་འཇམ་ཐབས་གྱིས་ནང་རུལ་མ་ལུས་རུལ་དུ་བརྒྱགས།
ཆོལ་གསུམ་སྤྱན་རྒྱ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེལ་ཞེས་གྲགས་པའི་དབྱངས་སྤྱན་རྒྱུང་ལ་བསྐྱིངས།

དམག་རྩ་བསྐྱོད་པའི་མིག་རྩལ་དེ་ཡིས་ཉི་མའི་རང་མདངས་མོག་པོར་བྱས།
 རུ་སྤྱིག་དབྱང་གི་གོམ་སྟབས་རེ་རེས་ས་གཞི་འཛིན་མ་ཡོམ་པོར་བསྐྱལ།
 དཔའ་ཞིང་གཏུམ་པའི་ཀི་སྤྱ་རེ་ཡིས་དག་སྒྲེའི་སྤྱིང་ཚ་དལ་གྱིས་འདྲ།
 འཇམ་སྤྱིང་སུམ་ཉིས་མངའ་དབང་བསྐྱར་ཞེས་བཅན་པོའི་སྟན་པ་ཕྱོགས་སུ་ལྗེད།

ཉི་མའི་བྲག་དཔང་ལ་བཅུགས་ཉི་རྒྱལ་མཆམས་དབྱེ་བའི་རྩྱ་རིང་བསྐྱངས།
 དབྱ་གཅུག་སྤྱ་ལོ་ས་ལ་བཏང་ནས་ཆོས་ལུགས་མི་ལ་ཆེ་མཐོང་ལུ།
 མི་བྱིས་བདུན་རེ་བྲན་དུ་བཀོལ་ནས་དུར་སྤྱིག་སྒྲེ་ཀྱན་གོང་ལ་བཀྲ།
 ཆོས་སྤྱིད་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོའི་རང་མདངས་ས་ཆེན་ཅེ་མོར་འོད་དུ་འཛེར།

དམ་པ་ལྷ་ཆོས་བཅན་གྱིས་བཞིགས་ཞེས་ཤོག་ལྷ་རིང་མོ་མགོ་ལ་བཀྲ།
 གནས་ལུགས་དཔྱོད་པའི་ཤེས་རབ་མེད་ཅེས་སྒྲུང་ར་འདོམ་གང་དབྱ་ལ་བཅུགས།
 མེས་པོའི་རྒྱལ་སྤྱིད་ཐལ་བར་བཏང་ཞེས་གཞན་སྤྱོན་མ་ལུས་མཛུབ་ཅེར་བགྱངས།
 དག་སྤྱོད་ཆེན་པོའི་མདངས་ཅེ་དེ་ཡིས་བཅན་པོའི་བྱངས་ཁྲག་ཐོག་མར་གཏར།

དཔལ་གྱི་རྩྱ་རིང་ལྷན་རྟགས་དེ་ཡིས་བཅན་པོའི་པོད་འདི་ཕྱོགས་སུ་གཏོར།
 ཡབ་ཆེན་གྲོངས་པའི་བྱིས་པ་གཉིས་ཀྱིས་གཡས་གཡོན་དུ་ཡི་བཅན་ས་བཟུང་།
 ལུ་རུ་འཕྲག་པའི་རྒྱ་བས་སོད་སྤྱ་ཡིས་ནང་དམའི་ཁྲག་གི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར།
 གཟེ་འོད་འབར་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིད་རྒྱང་ནང་མར་མེ་བཞིན་དུ་གྱུར།

དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལུགས་ཀྱིས་མ་ཆེམས་རང་རྟོག་རྫོ་ཡིས་སྤོལ་ཞིག་བཅུགས།
 མཐོ་སྒྲུང་མི་ཡི་ཆོས་ལུགས་དད་འདུན་འདི་ལ་རེ་བའི་སྤྱོད་བསམ་འཐེན།
 རང་ཕྱོགས་ཆོས་ཀྱི་དབྱ་འཕང་བསྐྱོད་སྤྱད་བྱི་ཡི་དག་པོ་གཉེན་དུ་བསྐྱེབས།
 ཁྱི་སྤྱང་བསྐྱེབས་པའི་ཉེར་ལེན་དེ་ཡིས་པོད་མའི་སྤྱབས་བཅོལ་དང་པོ་རྩྱགས།

གསུང་རབ་ཆོས་ཀྱི་པོ་ཉི་མ་ལུས་བསྐྱལ་པའི་མེ་ཞགས་སྤྱོད་ལ་བསྐྱེགས།
 ལྷ་མེད་རྩྱ་ཆེན་གསེར་སྤྱ་མང་པོ་རྩྱ་ཆེན་རྒྱ་མཆོའི་འཛིངས་ལ་གདབས།
 གཟེ་བྱིན་འབར་བའི་གཅུག་ལག་ཁང་བཟང་ཐལ་རྩལ་སྤྱོད་ན་ཡོངས་སུ་སིམ།
 རོན་ལྷན་མཁས་པའི་བྱ་མཆོག་དེ་དག་མཆོན་ཅེ་རོན་པོས་ཁྲག་ལ་བསྐྱུར།

སྐྱེད་པ་མི་ཡི་སྐྱེད་པ་སེལ་བའི་གསེར་རྒྱན་ཐིག་ལེ་རྒྱང་ལ་སྒྲུགས།
 ཆ་ཟེར་འོད་ཀྱི་གདུང་སེལ་སྐྱེད་མཆོག་ཆེ་དཀར་གཞིན་ཀྱི་སྐྱེད་པས་བསྐྱེདས།
 ཉི་ཆེན་བྲལ་བའི་མཆོན་མེད་ལྷོངས་ན་སྤྱི་སྤྱི་མང་པོ་འདུར་རྒྱུ་ཤོད།
 མགོན་སྐྱེད་པས་མེད་པའི་ལུ་གུའི་སྤྱི་ཆོགས་སེལས་པ་བདེ་བའི་དུས་ཤིག་བྲལ།

རང་བཙན་གཙང་མའི་འཕོད་དབྱངས་རིང་མོ་མགོན་པའི་སྐྱེད་ནས་ལུས་ཀྱིས་འཐེན།
 ལྷམ་མེད་སྐྱེད་པས་ཀྱི་གོ་ཆ་བཙན་པོ་སྤྱི་དང་དུས་པའི་གསེང་ལ་བཀོད།
 འཆོ་མེད་ཞི་བའི་ལ་རྒྱུ་སྤྱི་ཆུང་དགྲུང་སྤྱི་མཆོན་པོའི་དབྱིངས་སྤྱི་བཏེགས།
 ཆོལ་གསུམ་པོད་མིས་ལོ་ཆེན་ལྷུ་བཙན་པོ་མེད་དག་ནས་ཤར་མར་བསྐྱེདས།

སྤྱི་མེད་རིན་ཆེན་ཆེ་སྤྱི་བཙན་པས་ཐུག་གི་མཆོ་མའི་ལྷོང་ཀ་འབྱེད།
 རྒྱལ་ཤེས་བྲལ་བའི་བེམ་པོ་བཙེགས་པས་རི་པོ་ཆེན་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ།
 ལོ་མང་བསད་པའི་དུས་པ་དཀར་པོ་འཛིན་པའི་ཁྱོན་ལ་གཙལ་དུ་བཀྲམས།
 དག་ཞིང་འཕོད་པའི་པ་ས་བྲུ་བཞི་དུར་ཁྱོད་ཅིག་གི་རོ་བོར་བསྐྱེད།

ཀྱང་ལག་བསྐྱེད་པས་པའི་ལྷུགས་ཐག་སེལ་སྐྱེད་ན་བའི་ལུ་ག་ཡོངས་སྤྱི་འགོངས།
 རྒྱལ་ཆེ་བའི་བཙོན་པའི་འཕྲན་དབྱངས་དམར་ཆུང་སེལས་པར་ལྷོད་ཀྱིས་འཇུག།
 དུང་སོད་སྤྱི་ཡི་ཁྱེད་སྤྱི་ཆེན་སྤྱི་ཆུང་དམར་སྤྱི་པས་ལ་སྤྱི་འཇུག་བྲལ།
 རང་ཉིད་སྤྱི་སའི་མ་ལུམ་གངས་ལྷོངས་སྤྱི་ཆུང་བཙན་པོ་ཆུང་ཞིག་ཏུ་བསྐྱེད།

ས་ཆེན་ཁྱོ་མའི་མཆོ་གཙོགས་པར་ནས་སྤྱི་ཆེ་མང་པོའི་ཆེ་སྤྱི་ཤོད།
 ལུང་པོ་བསྐྱེད་པས་པའི་དུང་ཞགས་རིང་མའི་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སྤྱི་སྤྱི་ཐག་འཐེན།
 ལུགས་མོ་གདུང་བའི་སྤྱི་ཆུང་ཆུང་ཞི་མ་ལྷུང་ཆུང་པོའི་རྒྱན་དང་འཇུག།
 གནས་ལུམ་མེད་པའི་དུ་སྤྱི་མང་པོ་སྤྱི་ཞིང་གདུང་བས་ཡོངས་སྤྱི་མཉམ།

བཙན་པོ་ཞིག་གི་སྤྱི་ཆུང་སྤྱི་ཆུང་དང་སྤྱི་ཆུང་དམལ་གྱི་རྩི་རྩི་ཀྱི།
 ཉམ་ཆུང་མི་རིགས་ཐབས་ཀྱིས་སྤྱི་དང་མཛོན་མེད་སྤྱི་ཆུང་ཆུང་གི་ཆོགས།
 ཉེས་མེད་མི་ཡི་ཆེ་སྤྱི་སྤྱི་དང་འདི་ཕྱི་སྤྱི་པས་ཀྱི་དམ་པ་ཆོ།
 གདུང་ལུགས་ཐག་པོའི་འཕོད་པ་འདི་དག་ཁྱོད་ཅིག་སྤྱི་གསན་པར་མཛོད།
 མཐར་བྱ་ཆོག་གིས་བརྒྱན་པའི་སྤྱི་དག །

ཐུགས་ཀྱི་ལྷ་མོ།

ཐུག་མགོ་སྒྲོ་བཟང་མཆོག་བཅེ། རིག་གནས་གསུམ་པ།

ཐུག་སྒྲིན་ཨ་མའི་ཆེ་ཐག་མཐུད་པའི་ཡར་ལྷུང་རྒྱལ་པོའི་ཁྱིམ་རྒྱུད་ཅིག །
 སྒྲེལ་ཀླན་ཨ་མའི་རྩལ་ལས་ལངས་ཏེ་སྤུམ་ཉེས་ས་ལ་འབྱེད་ཐིག་འཐེན། །
 རྩོགས་བཞིའི་རྒྱལ་ཁབ་དབང་དུ་བསྟུ་བའི་རྟ་དམག་ཐིག་སྤྱིའི་ཆོ་འབྲུལ་གྱིས། །
 ས་མཆའ་ས་རྟགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་རྒྱུད་ཤར་བྱུང་ནི་དང་ལོ་སྤྱི་བཞུགས། །

ཆེས་ཆེར་སྤྱི་བའི་གནའ་པོའི་དུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་འབྲུའི་རི་མོ་ལ། །
 བབས་པའི་གཟུགས་བརྟན་འཁྱོག་པོར་མེད་ན་སྤྱར་རྒྱལ་བཅན་པོའི་ཁྱིམ་ཐབས་སུ། །
 མཛོད་དོར་དེད་པའི་ཀླན་པོའི་ལྷགས་དང་འབྲུ་མར་ལེན་པའི་ཀླན་མོའི་ལྷགས། །
 གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་ཁྱིམ་ས་བདག་རྒྱལ་པོས་སྤྱོད་གུ་པོའི་ལང་ཆོ་བརྟོད། །

ས་གཞི་མཛེས་པའི་མངལ་གྱི་ཁོད་ན་མ་འབྲི་རྩ་གསུམ་ལྷུང་ལྷུང་བཞུགས། །
 མེ་རྟོག་གོད་པའི་སྤང་ལྷོངས་དབུས་ན་ལྷགས་རྩེ་པོ་མོས་སྤྱིང་གཏམ་སྤྱིང་། །
 དར་ཅིག་བབ་པའི་ཆར་བའི་ལྷལ་ན་གཡང་མོ་ལྷག་གི་འབའ་སྤྱོད་སྤྱོད། །
 ལུང་ཙམ་ཤར་བའི་འཇའ་གཟུགས་ཁོད་ན་སྤྱོད་གུ་པོའི་སྤང་བརྟན་མཛེས། །

གྱི་ཆེ་བརྟན་བའི་ཨ་མའི་སྤྱིང་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷག་ཁའི་ལབ་ཅའི་མལ་དུ་འབྱུངས། །
 བཞོ་འབྲུར་ཐོགས་པའི་བྱ་མོའི་རེ་བ་སྤྱོད་གུ་མཐོང་ཀའི་རྒྱན་དུ་བྱུགས། །
 འདོད་བྱུག་བཞོན་པའི་བྱ་རྒྱུད་སྤང་བ་མདའ་ཅེད་འབྲུན་པའི་ལས་སུ་ཤར། །
 ཡིག་བྱུག་སྤྱོད་པའི་ཨ་མའི་དད་འདུན་མཆོད་སྤྱོད་གས་མར་མའི་འོད་དུ་འཆོར། །

དབྱིད་ཀྱི་བྱ་མོའི་ལང་ཆོ་ཤོར་བས་ཁྱེད་བྱུག་གཞོན་བྱ་མོན་ལ་འཕྱར། །
 ཅ་སྤྱོད་ཐད་པའི་དབྱུན་གཞུང་མངལ་ན་ཆང་མེད་བྱམ་པ་སྤྱོད་གས་ཤི་ཐེབས། །
 གཙང་པོའི་བཞུར་རྒྱན་འབྲུགས་ལ་བསྟུན་པས་རྟ་པོའི་སྤྱུག་བཞི་དར་ལ་འབྱར། །
 དབྱུ་རྒྱུགས་མཁའ་ཡི་རང་གཞིས་ལོག་པས་ཉེ་མའི་འོད་སྤྱང་རྒྱལ་དུ་བྱུག།

བྱུང་ཆུང་གྲང་མོས་ཤུགས་ཀྱིས་བསྐྱོད་པས་སྒོ་དར་ཟད་པོ་གཡོན་དུ་འབངས།
 ཞོལ་གཡག་དར་མའི་སྤྱ་མདོག་ཉམས་པས་སྤྱ་ནག་བྱ་མའི་མཛེས་པ་ཤོད།
 ཤུགས་ཇི་བྱ་མའི་རྒྱང་ལམ་ཆད་པས་འབྲེ་མའི་བེའུ་རི་ལས་ལྷགས།
 ས་སྔོན་འབྲུགས་པོའི་དུས་ཀྱི་སྒྲོང་གི་སྤྱ་ནག་མཁའ་མཐའ་རྒྱང་གིས་གཏེད།

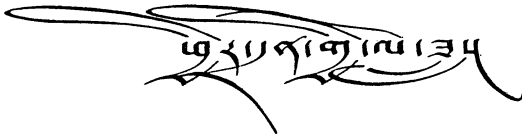
ཉི་མའི་གྲིབ་པོ་ལྷང་ལ་ཤོར་བས་བཏག་ཁྱིའི་མིག་ཟུང་རྒྱང་དུ་གཏད།
 རི་སྤྱང་དུ་སྐད་ཐུན་ལ་ཐོན་ཆེ་ཅང་ཤེས་ཏེ་པོས་འཆར་སྐད་ཤོད།
 རྟོད་མའི་རྟེའུར་མས་སྒྲིན་ཐེབས་པས་གནའ་བཤའ་ཨ་ཁུའི་རེ་བ་ཆད།
 ཁ་ཞེ་མཛོ་མའི་འོ་མ་སྐམས་པས་བཞོན་མའི་སྤྱང་བ་ཆུ་ལ་བྱུག།

ཡངས་པའི་སྤང་གི་མཛེས་སྤྱག་དྲངས་མ་ལྷགས་ཟམ་རིང་མའི་སྒྲོག་གིས་བསྐྱམས།
 མ་ཡུམ་གངས་རིའི་མངལ་གྱི་བྱ་རྒྱང་ལག་དམར་ངན་པས་བཅན་གྱིས་བྱད།
 མེས་པོའི་སྤྱང་གི་ན་གཞོན་དར་མའི་སྤྱང་ཁྱག་ཆ་པོ་གངས་ལ་བསྐྱུས།
 འདི་ལྷར་བཟོས་པའི་ཁོར་ཡུག་ཁོང་དུ་སྤྱ་ནག་ཆོན་ཐག་ཆད་ལ་ཉི།

མཛོ་མའི་གྲེན་དུར་ལྷང་ཞགས་བྱས་པས་ཡུམ་ཆེན་མ་ལོའི་སྤྱན་ཆབ་ལྷང་།
 ཏེ་པོའི་བྱག་ཤུགས་ལས་པས་ཡུམ་ཆེན་མ་ལོའི་སྤྱགས་ཁུར་ཕྱེ།
 སྤྱན་རྒྱའི་ཁ་པོར་གཞན་ལ་ཤོར་བས་བྱ་བྱའི་ཆེ་སྒྲོག་གཏའ་མར་བཞག །
 སྤྱང་འཇགས་སྤྱིད་པོའི་ཁོར་ཡུག་ཉམས་པས་སྤྱ་ནག་ཁྱིམ་གཞིས་འདི་ལྷར་བྱང་།

མགོ་འཆོ་མེད་པའི་ཁྱིམ་གཞིས་སྤྱང་གི་ད་སྤྱག་དུ་སྐད་ཐོར་ལ་བྱད།
 མོག་པོར་འབར་བའི་མར་མའི་འོད་དུ་ཨ་ཡེས་ཀྱན་མའི་ཆེ་སྒྲོག་ཉམས།
 ལབ་ཅེ་ཞིག་པའི་སྤྱག་ཡུས་དེ་དུ་སྤྱག་ཤར་དཔའ་ཅལ་རྒྱང་ཏེ་ཆག །
 ས་སྔོན་བཅན་པོའི་བ་མའི་མངལ་གྱི་སྤྱ་ནག་གཏམ་རྒྱད་འདི་ལྷར་བྱས།

སྤྱན་དག་པ་གཤགས་ཅན་འདྲ་སྐལ་བཟང་གིས་བརྩམས་པའི་ རྒྱ་ནག་གི་གྲེས་འཛོད་ཀྱི་ཅེས་པའི་
 ལྷག་ཅོམ་སྤྱན་དག་དེ་བཟུགས་པའི་སྤྱང་ཆོར་དང་སྤྱར་ཏེ་སྤྱན་དག་འདིའི་མཆོན་དོན་སྤྱན་དག་གི་ལས་དབང་
 ལ་བཅོལ་བའི་གཏམ་རྒྱད་ཅིག་ཡིན་པ་གཅིག་པ་དང་སྤྱན་དག་གི་མཛེས་ཁམས་འབྲི་ཐབས་དེ་དང་གོ་
 བཟོགས་ཏེ་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་ལམ་ནས་ རྒྱ་ནག་གི་གཏམ་རྒྱད་ཀྱི་ཅེས་པའི་སྤྱན་དག་འདི་བྲིས་ཡོད།



སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ། རིག་གནས་དང་པོ།

སྒྲོང་བའི་མཁའ་ལ་སྤྱོད་ཕྱད་འབྲིགས་ཏེ་སེར་བས་ལོ་ཉྐག་ཆར་བཅད་ནས།
 ཉམ་རྒྱུད་སེམས་ཅན་བཞེས་ལྟོགས་ལྷེ་བས་འོ་དོད་སྤྲེ་སྤྲེགས་རྒྱུད་ལ་བསྐྱར།
 བྱི་གདུགས་ཉི་མས་རྫོད་ཁོལ་སྤྱོད་ལ་རེ་བ་འབྲུམ་གྱིས་སྒྲན་ཞུ་ཕྱལ།
 སྤྱག་ཅན་གཟའ་ཡིས་བཅན་འཇུ་ལ་འོག་ནས་བྱ་ག་ཉམས་པའི་རྒྱལ་ཞུགས་བཟུང་།

ཁྲིམས་བཅོས་ཁྲིམས་ལ་གཏོར་བཞིག་བཏང་ནས་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་གཞོད་འཆེ་བཅོས།
 བཅན་པོས་བཅན་གཏམ་མཁའ་ལ་བསྐྱགས་ཏེ་སྐད་ཅིག་བདེ་བ་བསྐྱུན་མི་སྤྱོད།
 གངས་སེང་གངས་ལ་རི་ལྷོ་གཅེས་ཀྱང་གྱེས་ཕྱག་འབྲུལ་ལ་སྤྲེད་པའི་འཆབ།
 རུ་དཔོན་རུ་ཁྱུ་ཆལ་མར་བཅད་ནས་ཡོ་འཆུས་ལམ་ནས་དལ་གྱིས་བཞུད།

རི་རྒྱ་སྒྲོང་གི་ལེ་བར་བཀལ་ནས་དབྱགས་ཀྱི་འབྲིན་རླབ་ལེན་ལ་བྲེལ།
 རྫོག་པའི་འགྲོས་ལ་རང་བྱུགས་ཉམས་ཏེ་ཨ་ཐང་ཆད་ནས་ངལ་གསོ་སྤྱོད།
 དན་དོན་ལམ་རྒྱགས་ཆེ་སྒོག་བཅོལ་ཀྱང་མགྱོན་པ་བརྒྱུད་ལ་ཡི་ག་འཆུ།
 དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་ལུས་ལ་བྱུག་ཀྱང་དམ་བཅའི་རི་མོ་སྒྲོད་མ་སྤྱོད།

སྤྱན་པ་སྤྱག་པོས་ས་གཞི་བསྐྱབས་ཏེ་ལམ་སྒྲོར་འགྲོན་པོས་ཆམ་ཆེན་སྐབས།
 བཅུ་གཉིས་བདག་པོ་འཆར་ལ་ཕྱོགས་པའི་མཆམས་སྤྱོད་གསར་བས་འོད་ཟེར་སྤྱོད།
 དཔྱལ་བའི་ཁམས་ནས་མི་ཡུལ་རྟེན་བས་དགའ་བདེའི་དཔལ་མོ་ངོམ་ན་ཡང་།
 ལུས་དང་གི་བ་མ་ཁ་ཁར་བཏང་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ལྷེ་མོ་སེམས་ན་བརྟག

སྤྱོད་པའི་རྒྱར་སྤྱོད་སྤྱུ་ལ་བསྐྱབས་པའི་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་རྣམ་འབྲུལ་གྱིས།
 མོར་བཅུའི་འདབ་མ་སྤྲོད་ཁར་བཏེགས་ཏེ་ཉམ་ཐག་ང་རོའི་འོ་དོད་མཐུས།
 རང་བྱུང་ཁམས་ལ་ཆ་གདུང་འབྲེལ་བའི་རང་དབང་ཡུལ་བྱ་གསར་པ་ཞིག
 མཆམས་སྤྱོད་གསར་བའི་གཟི་འོད་རྫོང་ནས་འབྲུལ་སེལ་གནས་འཆའི་ཆོག་མཆན་ཐོབ།

བདེན་གཏམ་སྒྲ་བའི་རང་མདངས་དཀར་པོ་གོ་ལའི་ཅེ་ན་འོད་ཆེས་ཆེས།
 བོད་པ་ཞེས་པའི་མིང་ཆོག་གཉིས་པོ་མཐའ་བཞིའི་ཡུལ་བྱ་ཀུན་ལ་བྱབ།
 ཏུ་ལའི་སྒྲ་མའི་སྤྱགས་བསྐྱེད་བཟང་པོས་འཇམ་སྒྲིང་ཁྱོན་ལ་བསྐྱལ་ཤུགས་ཐེབས།
 བདེན་པའི་དབྱང་རྫོགས་པོན་ཆེན་དག་ནས་བཙུགས་པའི་འཇམ་གྱིས་བདེན་ཁ་སྤྲད།

མང་གཙོའི་ཀ་བའི་དབྱ་ཁྱིད་འོག་ནས་འཆོ་བཞུགས་གནང་བའི་གདོང་དམར་བ།
 བརྟན་པ་ཆེན་པོ་རྒྱན་འཁྱོངས་གྱིས་དང་གངས་ལྗོངས་བཞེང་བའི་དབྱང་རྫོགས་མོད།
 རང་མིས་རང་ལ་སྤྲུགས་ཞུ་བརྒྱབ་པའི་ལ་རྒྱའི་ཡོ་ལང་དམ་མ་འཆིང་།
 རང་དབང་བྲལ་བའི་གཞན་དང་བསྐྱར་ན་ང་ཆོ་གཞོང་བའི་གཏན་ཆོགས་དཔེ།

མོ་རོ་ཕྱི་ལ་པོ་བརྩ་སྤྲུག་འགའ་ལ་མགོ་པོ་དུད་ནས་བརྟེན་པའི་འཆེལ།
 ཞོགས་པའི་སྐྱ་རེངས་དང་པོ་ཤར་དུས་བསམ་གཞིག་གསར་བ་མལ་ནས་ལངས།
 གཅེས་པའི་སྒོག་ལ་མེ་ལྷེ་མཆེད་ཀྱང་མེད་པའི་འཕོད་སྒྲ་བར་མེད་སྒོག་
 སྒྲ་ཆོག་སྒྲོང་གི་ལྷ་ལག་སྤྲིག་པའི་གཞོན་སྤྱོད་རྣམས་ལ་བརྟེན་ཞིག་བསྟན།

ང་ཆོས་དགའ་རོགས་སྤྲིག་དུས་རང་རྟོགས་རང་འགྲུལ་དང་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་
 གིས་སོ་སོར་སེམས་ཁུར་བྱེད་མཁན་དེ་གདམ་དགོས།
 འདི་ལྟར་བྱས་སྤྱབ་ཆེ་བཅེ་དུང་གི་སྒྲོ་གར་ཐོན་མི་སྤྲོད།
 མ་ཁ་ལེན་ཁོས་གྱིས།

མི་མངོན་པའི་དྲུང་ས་སེམས་།

འཕྲོག་ཏུ་ཆོས་དང་། དེག་གནས་དང་པོ།

ཏུ་སའི་ཁྱོད་ཁྱེད་ལྡང་ལོའི་ཁྱོད་ན་མི་བཟོད་ཆ་སྒྲུག་སྒྲུག་པོས་བརྟམས་།
 ས་མཐའི་འབྲམས་པོ་གསོག་སྒྲོབ་སྒྲོབ་ན་རྒྱ་གཞེར་རྩལ་མའི་བཅན་དུ་གྱུར།
 ངལ་དུབ་དེ་པོས་ལུས་པོ་མཉན་ཏེ་རྩལ་ཆུའི་ཕུ་ཏིག་ཙ་ར་།
 འབྲུར་འཁྱོར་གོམ་པའི་འདེགས་འཛིག་དེ་དེ་བདེ་ལེགས་སྒྲན་ཁང་ཕྱོགས་སུ་བསྒྱུར།
 གངས་སྒྲིད་ལམ་དུ་འབྲེན་བྱེད་དབང་པོར་བུ་མོ་ཞིག་གི་རྒྱབ་གཟུགས་སྒྲོང་།
 ཆད་རུས་ཆོད་པོས་གཤོག་བྱུང་བརྒྱུད་ཏེ་དཔྱི་རུས་དེ་པོར་ཟ་ལ་བྲེལ།
 རྟེན་ལྷན་བྲམ་པའི་མཚན་ཉིད་འཛིན་ལ་སྒྲུབ་གཞུང་མདའ་མོ་བྲང་ག་ལེ།
 དབུ་ཡི་ལོ་མ་རྒྱུད་བྲམ་བསྐྱོད་དུས་སུ་ལ་གསང་བའི་གཡལ་མོ་བྱེད།
 རྒྱང་ལམ་སྒྲ་མའི་ཀྲག་ཀྲོག་བར་ན་བུ་མོས་ངལ་བ་རྒྱུད་དུ་འཕངས།
 གཡལ་གཡོན་སྒྲང་གི་མེ་ཏོག་དེ་དེ་འབྲུ་གིན་འབྲུ་གིན་མདུན་ལ་འཕྱོ།
 བར་ལ་བལྟ་བའི་གོ་སྐབས་བར་ནས་མིག་བྱུང་སྒྲག་མོས་རྗེས་ལ་གཟེགས།
 གོམ་འཕྲོས་ཡང་མོ་དལ་གྱིས་རྒྱ་བ་སུ་ལ་འཁྱེད་བའི་སེམས་འབྱུ་ཡིན།
 དང་པོ་ཞལ་ཆོག་པ་ཡུལ་ཕྱོགས་ལ་བྱིར་བྲན་བར་ནས་སྒྲིང་གཞི་བཙུགས།
 ལམ་འཕྲད་བུ་མོར་སྒྲ་བ་རྩུང་ཡང་རང་ཡུལ་སྒྲིད་རབས་བྲན་རབས་སྒྲིང་།
 ས་མཐའི་མི་ལ་ཡིད་ཆོན་དཔེན་ཞིང་བསྒྲུ་བྱེད་ལ་མོ་ཆོད་རབས་བེད།
 དགའ་བ་འབྲེན་བྱིར་འཇུག་གིས་བསུས་ཏེ་བདེན་ཁ་ཡོད་ཆད་ཁོ་མོར་སྒྲད།
 ཞི་དུལ་གཤིས་ཀ་སྒྲོན་མཚན་རྒྱ་བ་མཁའ་ན་སྒྲོད་གིས་རྒྱ་བ་ལ།
 སྒྲན་འཛེབས་གསུང་དབྱངས་རྒྱ་འཛིན་འདབ་མས་རམ་འདེགས་སྒྲུ་དབྱངས་རྒྱུང་ལ་གྱེར།
 མོས་འཛིན་བུ་རྒྱུང་རང་སྒྲོང་སྒྲིད་པོ་སྒྲིན་གྱི་ཕྱིང་ཁང་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད།
 ཁབ་ལེན་རྟོ་ཡི་འཐེན་ལུགས་རུས་པ་བདག་གི་ཆོར་བའི་རྩེ་ལ་བབས།
 སེམས་པ་སེམས་པའི་བབ་སར་རྩལ་ཞིང་འཇུག་རྒྱུང་སྒྲོག་འོད་རྩེན་པ་ན།
 ལབ་སྒྲིང་པལ་བས་ཉིན་བྱེད་འཁྱོལ་ཡང་དྲུང་ས་གཏམ་ཆོག་གཅིག་ལྷུ་མ་རུས།
 ས་སྒྲོད་བཞེས་མོ་རབ་རྩུ་ཞིས་ཏེ་གིབ་ཆེན་གཉེར་མ་ཐོད་ལ་འཛིན།
 ཡུལ་གྱུར་འབྲམས་པོ་དུས་ཀྱི་མཐའ་ན་མི་མངོན་དྲུང་སེམས་སྒྲིང་ལ་སྒྲུམ།

འཁྱུ་ལྟུང་ལྟུང་།

དཀར་མོ། རིག་གནས་དང་པོ།

ལུས་རིན་ཆེན་སྤྱིན་མཁན་པ་མ་ལགས།
 བྱིད་ད་ཆ་གང་དུ་བཞུགས་ཡོད་ཀྱང་།
 བདག་སྐྱོ་བའི་མཆི་མའི་ཆར་རྒྱན་བབས།
 སེམས་མི་བཟོད་སྤྱིང་གཏམ་མཁའ་དུ་འཕྱོ།

དེན་ཆེ་བའི་པ་མའི་བྱམས་བཅེ་ནི།
 མཐའ་མི་མངོན་རྒྱ་མཆོ་གཉིང་ལས་ཟབ།
 སེམས་ལྷག་བསམ་འོ་མཆོ་བཞེན་དུ་དཀར།
 ང་སྤྱིན་སྤྱིགས་ཡིན་ཡང་བཀའ་དེན་ཤེས།

ཆེ་སྤྱིན་མའི་ལས་དང་བག་ཆགས་ཀྱིས།
 ལུས་ལང་མཆོའི་མེ་ཉོག་རྒྱས་པའི་དུས།
 ང་ཁེར་རྒྱང་མི་ཡུལ་འགྲིམས་ནས་ནི།
 བྱིད་གཉིས་པོ་གཤིན་རྗེའི་པོ་ཉས་ཁིད།

མཆན་སྤྱིན་པ་རུབ་ན་བྱིད་གཉིས་པོ།
 ཉིན་ཟས་ལ་རོལ་ན་བྱིད་གཉིས་བསམ།
 དགོང་མི་ལམ་ནང་ལ་བྱིད་གཉིས་མཇུག།
 བྱིད་གཉིས་པོ་ད་ཆ་གང་ན་ཡོད།

བྱིད་མེད་ན་འཆོ་བར་དོན་སྤྱིང་མེད།
 བྱིད་མེད་ན་འཇིག་ཉེན་སྤྱིན་ནག་རེད།
 བྱིད་ད་ལྟ་རིགས་བྱུག་གང་དུ་ཡོད།
 བྱིད་པོ་བའི་མཆི་མའི་ཆར་རྒྱན་བབས།

གསོ་དཀར་བའི་སེམས་ཀྱི་མ་ཁ་དེ།
 སྒྲན་ཅི་འདྲ་ཐོས་ཀྱང་ག་ལ་པན།
 བྲགས་ཆེ་བའི་སྒྲན་པས་བཙུག་ཐབས་བྲལ།
 བྱིད་གཉིས་པོ་ཡོད་ན་མ་དེ་གསོས།

དགྲུང་ནམ་མཁའ་སྤྱོད་གྱིས་དཀྱིགས་པའི་དུས།
 ས་འཛིན་མའི་ལྗོངས་ལ་ཐུན་པ་སྤང་།
 ཆར་སེམས་སེམས་བབས་པའི་དུས་སྐབས་འདིར།
 བྱིད་ཡོད་ཡོད་འདྲ་བའི་སྤང་བ་འཆར།

ལས་བསོད་ནམས་ཆེ་བའི་བླ་ཁྱ་ནམས།
 ལྷན་མེད་པའི་པ་མའི་བྲམས་སྦྱོང་རེག
 ང་འགམ་ཚུ་ལྗིང་བའི་ཁེར་རྒྱུང་ཞིག
 བྱིད་གཉིས་པོའི་བཙུག་པ་རེག་ཐབས་བྲལ།

མིའམ་ཆེར་མ།

གཟེ་མིག་དགུ་ལ། རིག་གནས་གསུམ་ལ།

ང་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན།
 མདང་རྒྱལ།
 འགའ་ཞིག་གིས་ང་ནི་མི་རེད་ཟེར།
 ཡིན་ན་འང་། ཟུར་ཟ་དང་དཀྱོག་གཏམ་གྱིས།
 མདང་མདུང་ཅེ་མོས་ནན་གྱིས།
 ངའི་སྤྱིང་ཁར་འཕྲིགས་པར་བྱེད།
 རང་རྒྱས་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འཕྲིགས་པར་བྱེད།
 མི་ཞིག་ལ་ཆོར་བ་ཡོད་ན་ང་ལ་ཡང་།
 འོན་ཀྱང་མདང་མདུང་གིས་བསྐྱུན་།
 ངས་ནམ་ཡང་ང་ཆེར་མ་མིན་སྟུང་།

མིའི་ཕྱང་པོར་སྤྱང་གི་འཕར་ཆད་ལ།
 སུ་ཞིག་གིས་མིར་མི་འདོད།
 འོན་ཀྱང་ཞོགས་པ་ནས་དགོང་མའི་བར།
 ཟླགས་བཞི་མཆམས་བརྒྱད་ཡོངས་ལ།
 ཟུག་ནས་འདུག་ཅོ་མ། ཟུག་ནས་འདུག་
 དེས་ན། སེམས་ལྷན་ཆེར་མའི་ཅོ་བོ།
 ང་གང་ཡིན་ནམ།
 ཐེ་ཆོམ་གྱི་དྲ་བར་སྤྱང་སོང་།

མ་ཚུམ་བྱ་མའི་རྒྱུས་གར།

བཟའ་ཤིས་དཔལ་སྒྲོན། རིག་གནས་གཉིས་ལ།

མ་བསྐྱེད་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་གཙང་མ་ལ།
 མ་བྲིས་ས་གཞིའི་བྱ་མའི་གཟུགས་རིས་མཛེས།
 མ་བཙུག་སྤྱད་མེད་པོད་མིའི་གཞིས་ཀ་ལ།
 མ་ནུམས་འགྲོ་བའི་བྱ་མའི་ཆེ་ཐག་རིང་།

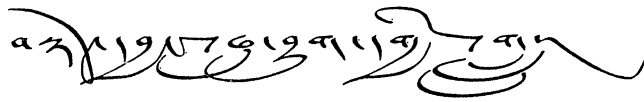
མ་བཞོད་འཛིག་ཉེན་སྒྲུ་མའི་ལས་སྤང་ལ།
 མ་དམིགས་སྤྱན་པའི་དཔྱལ་བའི་ཐང་ཆེན་བཟོས།
 མ་བསམ་སྒྲོ་བྱུང་འབྲུག་རོམ་བཙན་པོ་ཡིས།
 མ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ཕྱ་རྒྱའི་ཆེ་ཐག་བཙང་།

མ་ཆད་རྒྱན་བབས་ཁ་བའི་ཁུ་རྒྱན་གྱིས།
 མ་བྱུག་གངས་དཀར་མེ་ལོང་འོད་དུ་འཛེར།
 མ་བཙུགས་སྤྱན་བྱུང་ས་འཛིན་རི་པོ་ལ།
 མ་རབས་སྤྱིན་ནག་ཆར་གྱིས་བྱ་ཏུ་བརྒྱངས།

མ་ཉ་ཅི་ནའི་འབྲུག་རྒྱུ་བཅན་པོ་ཡིས།
 མ་རབས་དུག་རྒྱུ་སྒྲུག་རུམ་བཅན་དཔྲུགས་ཏེ།
 མ་ཡུམ་གངས་རིའི་འཛོ་སྒྲུག་ཉམས་བྲུས་ནས།
 མ་མཛེས་བཟླ་མདངས་ཉམས་པའི་གཡུལ་དུ་བསྐྱུར།

མ་པམ་གཡུ་མཚོའི་ཁྲིལ་དགོད་ལུང་ཞགས་ཤོར།
 མ་མོའི་ལུ་གུས་ཅུ་སྐད་རྒྱུ་དུ་བསྐྱུགས།
 མ་མེས་གནས་མལ་ཁ་བའི་གཤེད་མ་ལ།
 མ་འདོད་ང་དགུའི་ལོ་ནག་དེ་ལྟར་ཤར།

མ་ཤི་གསོན་བྲལ་སྲུང་ན་ཁུར་པོ་ལ།
 མ་སྒྲུབ་བྲུས་འཐོར་གདུང་བ་དག་པོས་མནན།
 མ་བཟོད་མིག་རྒྱའི་ཐེགས་པས་གདོང་བརྒྱན་ཏེ།
 མ་ཡུམ་ཨ་མར་རྒྱུང་འཕོད་ལན་གཅིག་བྲུས།



བསྐྱེད་འཛིན་བསོད་ནམས། རིག་གནས་དང་པོ།

དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ཤེས་བྱ་ཀུན་རྟོགས་སྤྱིང་ཇིའི་བདག་ཉིད་འཁྲོ་བའི་མགོན།
 ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་སློ་བྱོས་པད་མའི་འདབ་རྒྱས་པ།
 སྤྱན་འཛེབས་གསུང་གི་གདམས་ངག་བདུད་ཅིས་སྤྱེ་རྒྱའི་ཡིད་སྤྱན་ནམ་པར་འཛོ་མས།
 ཡོངས་རྫོགས་བསྐྱེད་པའི་མངའ་བདག་ཁྱེད་ལ་གུས་པའི་སྤྱིང་དང་སྤྱི་བོས་བཀྲུ།

བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་སྤྱེ་བ་བཞེས་ནས་སྤྱེ་བོ་པལ་པའི་རྩལ་བཟུང་སྟེ།
 སྤྱིང་ཇིའི་མཐུ་ལས་ཉག་ཏུ་རིགས་དུག་འཁོར་བའི་མཚོ་ལས་འབྲེན་ལ་འབྱུངས།
 ལྷག་པར་རང་ཅག་གངས་ཅན་དཀར་སྤྱུག་འཛོ་མེད་ལམ་ལས་ཞི་བར་གཞོལ།
 རྣམ་དཀར་འཕྲིན་ལས་ཕྱོགས་བརྩུར་བྱུང་བས་གསེར་གྱི་གཟེངས་བསྟོད་ཁྱེད་ལ་འབྱུང།

གང་གི་བཅེ་བའི་འོ་མཆོའི་སྤྱགས་ལས་འཕྲོ་བྱུག་དཔེར་མེད་མ་ལྟར་གཟིགས།
 ཁམས་གསུམ་སྤྱི་འཕྲོའི་བདག་འཛིན་མེ་ལྷེར་གསུངས་ཀྱི་སྤྲང་ཆར་ལྟོད་པོར་བྱིན།
 ལྟུང་བའི་དམ་ཆོས་འོ་མའི་རྒྱན་བཟང་ཉམས་མེད་འཛིན་བའི་སྤྱིས་མཆོག་ཉིད།
 མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་མཆོན་སྤྲོ་འབར་བས་གསེར་གྱི་གཟེངས་བསྟོན་བྱེད་ལ་
 འབྲུལ།

ཉིད་བཀྱར་སྤྲོ་གསུམ་སྤྱིས་གོས་གཏམ་གསུམ་འཛིན་ཉེན་འོངས་སྤྱོད་རྒྱུ་ལ་བསྐྱུར།
 ཆོ་འདོར་སྤྱི་སྤྱགས་ཆོས་ལ་གཏད་ནས་ཉག་ཏུ་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་སྤྱུག།
 གདུལ་བྱ་ལྷུངས་ལ་ཁམས་དང་འཆམས་པའི་ཐབས་མཁས་སྤྱགས་ཇེས་སྤྱོད་མཛད་པ།
 འཕྲོ་བའི་གཙུག་རྒྱན་ལ་མཆོན་ཉིད་ལ་བཙུག་མིན་དད་པའི་གྲུས་ལྷག་འཆལ།

གདོང་ལྷས་འདེགས་པའི་གསེར་ཁྲིར་བཞུགས་པ་བོད་འབངས་ཀྱན་ལ་སྐལ་པ་བཟང་།
 བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པས་བོད་འབངས་བདེ་སྤྱོད་དབྱར་མཆོ་རྒྱས།
 རོ་མཆར་རྒྱལ་སྤྱིའི་གསེར་གྱི་གཟེངས་བསྟོན་བྱེད་ཀྱི་བྱིན་གསོར་བྱུང་བ་ཡིས།
 ཇི་སྤྱད་འཁོར་བ་མ་སྤྱོད་བར་དུ་དེ་སྤྱད་འཕྲོ་ལྷུངས་སྤྱོད་བར་སྟོན།

ཐུ་མཐའ་བྲལ་བའི་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་བྱིན་ཞིབ་ཐ་བཞོད་པའི་ཤེས་ཆ་དཔེན།
 མཛེས་ཅན་ཕྱེབ་སྤྱོད་གནད་ལ་སྤྱགས་པས་སྤྱུག་ཁ་དམན་བས་ཡིད་རེ་སྤྱོད།
 བྱེད་ཀྱི་མཛད་ཇེས་གནམ་སའི་ཁྲིན་ལ་ཤོང་བར་དཀའ་བ་ཡིན་འགྲུར་ན།
 ཐུགས་བདག་འདྲའི་བསྟོན་ཆོག་ཐོར་བྱས་མཆོན་པར་རྒྱས་པའི་གོ་སྐབས་བྲལ།

དཔེ་དེབ་ལེགས་པོ་ཞིག་ལྟ་སྟོག་བྱས་པ་དེ་མི་ཡ་རབས་ཅན་མང་པོ་ཞིག་དང་
 གཏམ་སྤྱོད་བྱས་པ་དང་མཆོངས།
 རྒྱ་རན་སི་མཆོན་ཉིད་རིག་པ་མཁས་ཅན་དང་རྩིས་རིག་མཁས་ཅན་ཉི་ཁར་གྱིས།

ཁྱེད་བཞུགས།

བསྐྱེད་འཇིག་དགེ་ལེགས། རིག་གཞན་དང་པོ།

ཁྱེད་བཞུགས།

ངས་ལོ་ཟླ་རིམ་བཅེགས་ཀྱི་སྤྱིན་ནག་དང་།
སྤྱི་མཐུགས་པ་བོད་གི་རྒྱ་ལམ་གཏོར་ཏེ།
ཐུར་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་གམ་དུ་འཕྱར་ན་འདོད་པ་ལས།
ཁེར་རྒྱུ་གི་དང་འདི་ལྟར་སྤྱོད་འདོད་གཏན་ནས་མེད།

ཁྱེད་བཞུགས།

ངས་ཉལ་ཏུ་མཆམས་སྤྱིན་ལ་ཁ་གཏད་དེ།
ལས་དབང་ལ་འཁང་ར་དང་འཇིག་རྟེན་ལ་ཞེན་ལོག་སྐྱེས།

ཁྱེད་བཞུགས།

ངའི་སེམས་པའི་སྤྱི་གཞིར་བཞུགས་པ་དུང་གི་མིག་རྒྱས་བརྒྱན་ཞིང་།
གྲང་ཤུར་ཤུར་གྱི་ཆོར་པའི་རྒྱུ་བྱས་ངའི་སྤྱི་ཁ་ཏ་ཅང་གཡོ།

ཁྱེད་བཞུགས།

ངས་མཐོང་བ་ནི་ཕྱེ་ལེབ་རྒྱུད་གིས་གཤོག་རྒྱབས་ངོམས་ཤིང་།
ཡིད་འོང་ལྷན་རྒྱར་བཅེ་དུང་གི་མེ་ཏོག་འཕུ་བ་དེ་ཡིན་ལ།
འཆར་སྤང་ཞིག་གི་ཁྱེད་གསེང་ལས།
སོ་སོར་བཅེ་དུང་ཆེ་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་དགའ་སྤྱོད་སྤྱི་གཞི་བཞུགས་པ་ལྟེ་
ངས་ཀྱི་དགའ་སྤྱོད་དང་སྤྱི་གཞི་བཞུགས་པ་ལྟེ་
ང་ནས་ཡང་ཁྱེད་ལས་གཞན་དང་འགྲོགས་འདྲིས་མི་འདོད།

ཁྱེད་བཞུགས།

རྒྱུད་དུས་ཀྱི་འཆོ་པའི་ནང་།
རེད་གཉིས་ལག་སྤྱོད་བཏང་ནས།
ལྷང་གསེབ་ཀྱི་གཙང་འགྲམ་དང་།
སྤང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་གཞི་ལས་ལ།
ཁྱེད་སྤྱི་གཞི་ལས་སྤྱི་གཞི་བཞུགས་པ་ལྟེ་
ང་དང་ཁྱེད་ཀྱི་དགའ་སྤྱོད་ཀྱི་མེ་ཏོག་འཕུ་བ་བྱས།

ང་རང་གཡོ་འགྲུལ་མེད་པར།
 ཟུང་ན་གྱི་ཐང་ཆེན་ན།
 འགྲུལ་གྱིན་པའི་རྣམ་ཤེས་དེས།
 ཁྱེད་ཁོ་ནར་འཆོལ་བཞིན་གངལ།

བསྟན་འཛིན་བཟུང་ཤིང་། རིག་གནས་གཉིས་པ།

42

ངས་བདེན་ཅིག་ཅིག་གི་གནས་ལུགས་དེ་བཤད་ཁྱེད་བྱས་ཡོད་ཆོ།
 དེ་མ་ཐག་ཨ་མ་དེ་ལྷོག་ཕྱོགས་ནས་འགྲོང་ཡོད་སྟེ།
 དེ་དང་མི་ཡུལ་གྱི་ཆེས་མཐོ་ས་མཐོ་ས་ཞིག་ནས།
 ངས་སྐྱེས་ཆེན་ཆོའི་རུས་རྒྱུ་བསྐྱོགས་དུས།
 གསེར་མདོག་གི་བཀའ་ཡིག་དེ་ཆོ།
 ཨ་མའི་ལྷ་སྐྱེད་དང་གཏན་རྒྱུད་དེ་དེར་འབྲེལ་འདུག་ཡང་།
 རྒྱ་ལོད་མེད་པའི་མཆོན་ལྗོངས་ལྷ་བུའི།
 ཨ་མའི་རྣམ་རྟོག་གི་བྱ་བར་དེ་དེ་ན།
 ཏ་ཅང་སྤྲེལ་དེ་བའི་སྐྱ་ཉག་དེ་དེས་ཡང་།
 ཨ་མའི་མགྲིན་པ་དང་ཁྱད་ཅ་ལྷོ་མ་གྱིན་པ་ཆོར་དུས།
 ངའི་བྲང་ཁར་རུས་ཐུམ་ཅན་གྱི་དབྱ་སྐྱ་རྒྱུ་གཅིག་བུའང་།
 ང་དང་རྒྱུད་ཐག་གིས་བྱས་ཡོད་ན་ཅི་མ་རུང་།
 དེ་ལྟར་ན་འདྲ།
 ཨ་མ་ནི་དེ་སྐྱ་མ་སྟེ།
 མོས་གང་གསུངས་པ་ངས་དེ་ལྟར་བྱས་ཆོག་ཡང་།
 ས་སྟོན་གྱི་ཐུན་པ་རབ་ཏུ་སྐྱུག་པས།
 ཨ་མ་དང་དབྱ་སྐྱ་རྒྱུ་གཅིག་
 སྐྱ་འབྲུལ་ལྷ་བུའི་མི་ལམ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ན།
 བདེན་ལུགས་ཀྱི་གཉེར་དེས་རྒྱས་གྱིན་པ་ཆོར་དུས།
 ངས་རང་ཉིད་ཁྱིམ་ས་ཚོད་པ་ཞིག་གི་ཚུལ་དུ།
 གནས་ལུགས་དང་གནས་ལུགས་བརྟན་གྱིན།
 བམ་པོ་ཁྱིམ་གྱི་ནང་སྤྱོད་བཅོན་ཚུགས་ཀྱིས་བསྐྱོགས་ཏེ།
 རང་ཉིད་ནར་སོན་པའི་མཆོར་སྐྱུག་དེ་དང་།
 རང་ཉིད་དཀྱོགས་ཟེན་པའི་ལམ་བུ་དེ།
 ཡོད་ཆོད་ལྷོག་གཙུ་ཞིག་གྱེད་བྱས་ན།
 སྐྱ་རྒྱུ་གཅིག་ལ་སྐྱོ་སྤྱོད་གཏད་པའི།
 ཨ་མའི་མོངས་ཞིན་གྱི་འཛིག་ཉིན་དེའང་།
 སྐར་མ་དང་བཞིན་རྒྱུད་དེ་དུ་གྱེས་འགྲོ་ཡང་།

སྐྱེ་ལུང་ས་སྐར་གྱི་དགའ་དབང་སྤྲུང་སྤྲུང་།

ཆེ་དབང་གྲགས་པ། རིག་གནས་དང་པོ།

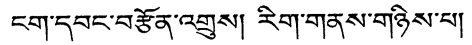
གངས་ཅན་སྤྱེ་འགོ་ཀྱན་གྱི།
 ལགོང་ས་ལྷ་མེད་རྣམ་འབྱེད།
 དབྱང་ལོ་དོན་ལྡན་ཐེགས་པར།
 བཀའ་ལུང་སྤྱོད་འདུན་ལྷན་ཡོད།

ཁྱེད་གྱི་ཞི་བདེའི་འོད་ཟེར།
 འཛམ་གླིང་ཀྱན་ལ་འཕྲོས་སོང་།
 ཁྱེད་གྱི་བྱམས་བཅའི་ཐ་ཆ་བསྤུ།
 མི་རིགས་ཀྱན་ལ་བྱུང་སོང་།

ཡུལ་གྱི་གཞན་ལ་མེད་པའི།
 འགྲན་རྒྱ་བལ་བའི་སྐྱབས་མགོན།
 འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་མགོན་པོ།
 འཆོལ་ཡུང་ལྷན་ཏུ་ཆེད་དགའ།

ཅིན་ཆེན་མ་ཁྱེད་ཀྱིས།
 ཐར་པའི་མདུན་ལ་མ་སྟོན་པར།
 ཉིན་མཆན་ཀྱན་ལ་འབད་དེ།
 འགྲོ་བའི་སྐྱབས་རྒྱུ་ཐེངས་སོང་།

ང་ཆོ་སྤྱེ་འགོ་ཡོངས་ཀྱི།
 སྐྱབས་མགོན་ཁྱེད་གྱི་སྐྱ་ཆོ།
 ཉམ་བཞག་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ།
 གསོལ་བ་སྟོན་ལམ་བཟང་ཡོད།



ཞུ་ལྟར་མཐོ་བའི་འཇམ་སྒྲིང་ཡང་ཅེ་ཡི་གནས་ལ།
 ཟང་ཟེང་དུག་ལྡས་བྱུང་བའི་བཙོན་རྩ་ཞིག་བསྐྱེད་ཏེ།
 འ་ཁུར་སྐད་སྒྲ་སྒྲོག་པའི་ལས་མཁན་གྱིས་བསྐྱོར་ནས།
 ཡང་སྒྲིང་ཇེ་བྲལ་བའི་གསོད་གཏུབ་ལ་གཞི་ལ་སོང་།

ར་བ་མཆོན་གྱི་བསྐྱོར་བའི་ལྷགས་བསྐྱེད་གི་ཁོད་ནས།
 ལ་རྒྱའི་དུང་བ་ཟབ་པའི་མི་རིགས་ཀྱི་དཔའ་བོས།
 ལ་རུས་ཟུངས་ཁྲག་ཐོར་ཡང་བདེན་དོན་གྱི་འཕོད་སྒྲ།
 ས་གཞི་མ་ལུས་གཡོ་བའི་གད་རྒྱུད་ས་ལིག་བསྐྱེད་སྒྲ།

ཏ་ཅང་སྒྲོ་འཆབ་ཆེ་བའི་མི་རིགས་ཀྱི་འཐབ་ཅོད།
 ཨ་འཐས་བསྐྱེད་དུ་མེད་པའི་རང་གཤིས་སྤྱ་གཏད་དུས།
 ད་བྱུངས་གསལ་སོ་བཞིའི་གཞུང་མེད་རིན་ཐང་དེ་བསམ་སྟེ།
 ཀ་ཅོམ་ཡིད་ཀྱི་གདུང་བ་དབང་མེད་དུ་ཤོར་ཐལ།

སེམས་ཀྱི་ན་རྒྱུང་མར་ཕྱལ་བའི་འཕྲིན་ཡིག

རིག་གནས་གཉིས་པ། བྱམས་པ་རྒྱལ་མཆོན།

དམར་སེར་ཡི་ཁྲིའི་ཆོགས་ལ་གྲུས་ཕྱག་ཕྱལ་ཏེ།
 མཛེས་སྤྱུག་ལྷ་མོ་ཞིག་གི་འཇམ་མདངས་འཆོལ་དུས།
 རང་སེམས་བཅེ་དུང་ནས་མའི་དཔང་རྟགས་བསྐྱེད་ཀྱང་།
 ན་རྒྱུང་བྱ་མོའི་སྒྲོ་ཁ་གཞན་དུ་སྒྲོགས་འདུག

རྒྱུང་རིང་རྒྱུང་རིང་ཡུལ་གྱི་པ་མ་གཉིས་ལ།
 སྤྱ་སྟེ་སྟོང་ལ་སྤྱལ་ནས་རྩལ་ཞིག་གཏམས་ཏེ།
 ཡིད་འགྲུག་འཕྲིན་ཡིག་དག་གི་མངར་ཁ་སྒྲོང་དུས།
 ཁེར་རྒྱུང་སེམས་འདི་ན་རྒྱུང་མཛེས་མར་འཁྱུད་འདུག

ཡོད་ཆད་སྒྲོར་གྱིས་གྲུབ་པའི་དུས་རབས་འདི་ལ།
 ཟས་གོས་གནས་མལ་ཙམ་ཡང་གཞན་ལ་བརྟེན་པའི།
 བདག་མེད་ས་མཐར་འབྱུངས་པའི་ཅང་མེད་བྱ་ལ།
 ན་རྒྱུང་མཛེས་མ་བདག་པའི་ཐོབ་ཐང་ཨེ་ཡོད།

སྤྱིང་འཇགས་རང་དབང་སྤྱིར་བའི་མཆན་གྲང་རེ་ལ།
 བསམ་གཞིག་སྤྱིང་གི་འཁོར་ལོ་སེམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་དུས།
 སྤྱིད་སྤྱུག་འབྲེས་མའི་འཛིག་རྟེན་འགྲོ་ལུགས་འདི་ཡིས།
 སེམས་ཀྱིས་ཁོ་ཐག་ཆོད་པའི་བདེ་ཞིག་བསྐྱུན་ཐལ།

དེའི་ཕྱིར་འདས་སོང་ལོ་རྒྱུ་ཕྱིར་བློ་བྱས་ཏེ།
 སེམས་ཤོར་ན་རྒྱུང་བྱ་མོའི་མཛངས་ཆོས་སྒྲོམ་དུས།
 ཡིད་ཀྱི་བརྟན་པ་འཕྲོག་པའི་སྤྱོད་པ་ལ།
 ཆོག་གསུམ་སྤོང་ལ་མ་བརྒྱས་རང་དབང་མི་འདུག

ལང་ཆོའི་ཆ་གས་ཀྱན་རྫོགས་བཅེ་བའི་བྱ་མོ།
 སྤྱི་འཛིན་བྱ་གཞུག་ཙམ་བདག་ལ་ཕྱོགས་དང་།
 བྱིད་རང་སྤྱིང་ལ་སྤྱུག་པའི་བརྒྱུད་རིམ་གསོན་པོ།
 མ་གསང་བྱང་པོར་བཞག་པའི་སྤོབས་པ་བསྐྱེད་ཡོད།

བྱིད་ཀྱི་གནག་སྤྱི་སྤྱི་ལོ་མིག་ལ་མཛེས་སོང་།
 བྱིད་ཀྱི་ཞལ་བྱིས་གོར་མོ་སྤྱིང་ལ་སྤྱུག་སོང་།
 བྱིད་ཀྱི་འཇུ་མ་རྒྱུང་དུངས་མོ་ཡིད་ལ་འཐད་སོང་།
 བྱིད་ཀྱི་ལང་ཆོའི་མེ་རྟོག་སེམས་ལ་བབས་སོང་།

སྤྱིང་ལོར་སེར་ཁ་བཀད་པའི་སྤྱོད་གཞུང་ཞིག་ལ།
 རོས་གཙང་ཤོག་དཀར་ལེབ་མོའི་སྤྱུགས་བྱ་བརྒྱུད་ནས།
 སེམས་ཀྱི་སྤྱིང་ཚུལ་པན་ཚུན་ཟབ་བརྗོད་བྱས་པས།
 བརྗོད་མེད་བློ་ཤིང་ཞིག་གི་བག་ཆགས་བསྐྱངས་སོང་།

སྒྲུབ་གིས་ས་གཞི་ཐོས་པའི་དགོང་མོ་ཞིག་ལ།
 སྒྲོག་འོད་སྒྲོགས་བརྩེ་མཆེད་པའི་གར་སྒྲེགས་སྒྲིང་ནས།
 འགྲུར་ཁྱག་ངག་ལ་བྲངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཞིག་གིས།
 བཙེ་བ་ནལ་མ་ཞིག་ལ་ས་བོན་བཏབ་སོང་།

པར་འཛིན་བཟང་མཁའ་མཁའ་འཛིན་པའི་སྒྲིང་སྒྲུག་ཁྱེད་ཉིད།
 ཉིན་ཞིག་འཁོར་བསྐྱོད་བར་ནས་མཐོང་ཐེངས་རེ་ལ།
 བཙེ་བ་མིན་རང་ག་ཞིས་གཙང་མའི་སྒྲིང་རྒྱལ་ཞིག་གིས།
 བདག་གི་སྒྲིང་རྒྱུང་དམར་པོ་དུམ་བྱར་གཏུབ་སོང་།

མི་ཚོགས་འཆང་ཁ་ཁྱོད་པའི་བར་གསེང་རེ་ནས།
 སྒྲོག་མིག་བྱར་མདའ་ཁྱེད་གྱི་མིག་ལ་འབྲེས་དུས།
 བརྒྱུད་བྲལ་ཆོར་བ་ཞིག་གི་མཆོན་ཆ་རྒྱུན་པོས།
 ཡང་ཡང་བསྐྱུན་ཏེ་འགྲོ་འདུག་གོམ་ཁ་འཁྱོར་སོང་།

ཉིན་མཆོན་འཁོར་འགྲོས་སྒྲིང་ནས་ལོ་རྒྱུ་ཟད་སོང་།
 ཞེས་མེད་ཆོར་མེད་ཁྱེད་ནས་སྒྲུགས་བསམ་པོར་སོང་།
 འོན་ཀྱང་ཀུན་རྒྱུག་སེམས་ཀྱི་མེ་ལོང་ངོས་ནས།
 སྒྲིང་གི་ལྷ་མོའི་མཛེས་སྒྲུག་གསལ་དུ་བྱེན་སོང་།

དེའི་བྱིར་སྒྲོག་སྒྲོག་ཁྱེད་པའི་ཆོར་འདུ་དམར་པོས།
 དྲངས་གཙང་སྒྲུན་ངག་ཅིག་ལ་ཆེ་སྒྲོག་བསྐྱུན་ཏེ།
 སེམས་ཀྱི་རེ་འདུན་ཟབ་མོ་ཁྱེད་སྒྲིང་སྒྲེས་མོད།
 ས་མཐའི་འཆོ་ཐབས་འདི་ཡིས་ཡོད་ཆད་བརྒྱགས་སོང་།

ཆོན་རྒྱལ་རིག་པའི་ལོགས་བྱང་ཡང་ཆེར་སོན་པས།
 འར་བྱུང་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་བའི་སོ་མཆམས་འདི་ནས།
 ཁྱེད་ཆོས་ཀུན་ལྷན་དེང་རབས་བྱ་མོ་ཞིག་གིས།
 ལུལ་མེད་འབྲམས་པོ་ཞིག་ལ་སྒྲོ་ཆེ་གཏོང་དམ།

དཔག་ཚད་འབྱམ་གྱིས་ཚོད་པའི་པ་རོལ་ཞིག་ནས།
 བཙེ་ལྷན་པ་མས་མིག་མཐར་མཆེ་མས་བཟན་ཏེ།
 བན་གདུང་རྒྱུང་ལ་བསྐྱར་བའི་རེ་འདུན་ཟབ་མོ།
 ན་རྒྱུང་མཛེས་མར་བཞེ་བའི་སྒྲོས་གཏོང་ངར་མེད།

དེའི་བྱིར་མ་འོངས་ཕྱགས་བསམ་ཡིད་ལ་བཅགས་ཤིང་།
 དྲངས་གཙང་ཚོར་བ་ཞིག་གི་རང་གཤིས་བཤེགས་སྟེ།
 སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་འཛིན་པའི་ལྷ་མོ་ཁྱེད་ལ།
 བྱིས་ཕྱག་དུ་ངག་སྟོང་གི་འཕྲིན་འདི་ཕུལ་མོ།

ཕེམ་པ་འཕྲིན་ལ་དེ།

དོན་རྒྱུད། རིག་གནས་གསུམ་པ།

བག་ཆགས་དེའི་དབང་གིས།
 མཚམས་སྤྱིན་གྱི་སྒྲངས་སྟབས་བར་ནས།
 རང་དབང་མེད་པར།
 གཡོ་མེད་ཀྱི་བཙེ་དུང་ཞིག
 བན་གདུང་གིས་བསྐྱར་བའི་སྟོང་ཁར་བསྐྱོམས།
 ད་དུང་ཆེ་ལམ་ཞིག་མཛོན་སུམ་ལྟར།
 བསམ་གཞིགས་ཀྱི་སྟེ་ལ་དྲངས་ཏེ།
 བན་པའི་ཕྱགས་རིང་འཕྲིན་དུས།
 ངག་སྟོན་ནས་ཅེ་ཞིག་རིམ་གྱིས་འཛོམ།
 བཙོད་མེད་ཀྱི་ཚོར་འདུ་ཞིག
 དྲངས་སེམས་ཀྱི་རྒྱུ་བས་རིས་ཤིག
 ཁྱོད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་བསྟེནས།
 ལྷ་ལྷ་སུ་ཞིག་ལ་ཕོག་སོང་ཨང་།
 འཛོར་རྒྱུང་ཕྱགས་ཀྱིས་ལྟང་།

སྒྲུབ་ན་གཤམ་ལང་ལོང་འབྲིགས།
 ད་ནི་ཅི་ཡང་མི་མཐོང་ལ་ཅི་ཡང་མི་རྟོན་པས།
 ངའི་བླ་མ་ལྷོང་གི་མཆོད་སྟེགས་ན་འབྱིང་བའི་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལགས།
 ཤར་ལྷོ་ལོ་མཆོམས་གང་ན།
 ཁྱོད་སྤྱི་ཞིག་གི་བསྐྱེད་ཐེ་བྱ་འབྱུང་འཁེམས་ཏེ།
 བདག་ལ་འདས་སོང་གི་མ་ཁ་བཞོས་པ་ཨེ་ཡིན།
 ལྷན་ཁྱོད་ཀྱི་ང་ལ།
 གྲུག་གསལ་གྱི་མཆོད་མེ་ཁོང་བྱ་གང་སྒྲོན་དང་།
 ངའི་བྱང་ཁྱུག་གི་རྒྱ་བ་རང་དབང་དང་སྟོང་འཇགས་སྤྱི་བབས་ན།
 འཆོ་བ་ཡི་བྱིར་དང་།
 བསྐྱེད་དང་གཡོ་རྒྱུ་གྱི་ཁ་རྒྱུང་མཐུག་རུང་།

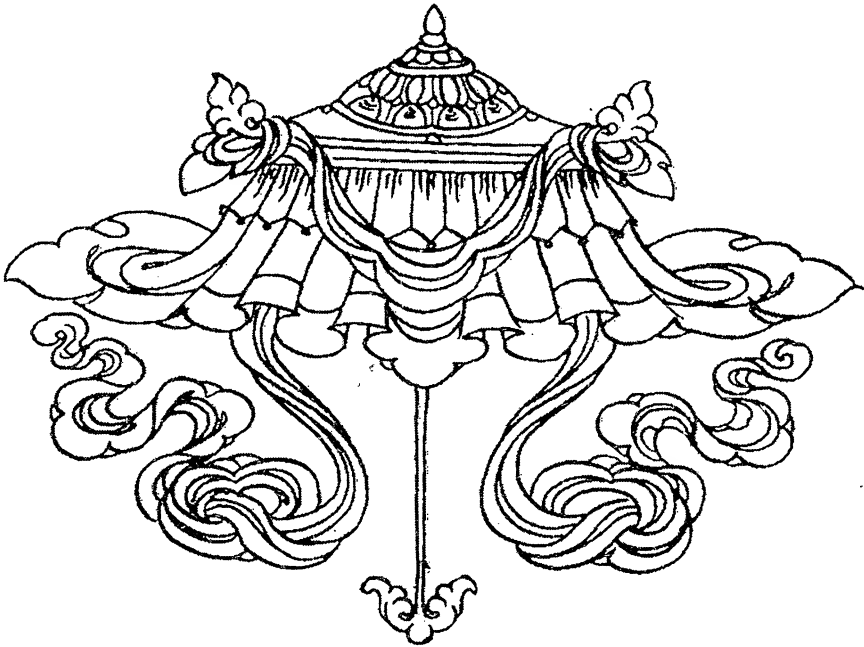
གཉོམ་ཞིང་སྤྲ་བའི་དྲུང་ལ་སེམས་ཀྱི་དབྱངས་རྟ་གྱེར་བ།
 སྤྱི་སེམས་ཀྱི་རྟེན་གཞི་ཡིན་པས།
 ལས་དབང་གི་རྟོག་ཐོས་གཞུས་པའི་འུ་གཉིས་ཀྱི་རེ་སྟོན།
 དན་ཤིང་ལས་འཐོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་སྟེ་ནས།
 ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་གནའ་བོའི་ལྷ་སྐྱུང་ཞིག་གི་གཞུགས་སྤྱི་འགོད་ཀྱིན།
 གསར་དུ་རྟོན་པའི་རོ་གདོང་དག་གི་རྩལ་གནས།
 ཐོར་ཐེན་པའི་བཅེ་དྲུང་ལ་བྱིར་མིག་ཅིག་གཞོངས་དང་།
 རོ་མཆར་བའི་ཆོར་འདུ་ཞིག་བསྐྱེད་དེས་ལ།
 བཅེ་བ་སྟོང་དང་རེ་སྐྱུག་ཁྱིམ་བསྐྱེར་བའི་ཆེ་སྟོག་གི་རྒྱ་ཐག་ལ་ཆད་མཐུད་རྒྱག་ཐུབ་སྟེ།

ཤར་རུས་འདྲེས་པའི་སྒྲུབ་མཆོད་མིན་ནའང་བཅེ་སེམས་དང་འདྲ་ཤེས་འབྲེལ་བར་
 བརྟེན་ནས་མི་གཅིག་གིས་མི་གཞན་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་དབང་ཡོད།
 ཁྱེད་སྒྲུབ་ཀྱིས།

༣

མཚམས་འདི་ནས།
ང་བྱད་སོང་ན་འདོད་གི།
དབྱར་གཞུང་གི་མཛེས་སྟུག་དང་།
མེ་ཉོག་གི་ཁྲི་ཞིས།
སྤང་ཆར་གྱི་བྱང་ལ་ཡོད་ཚད་དོར་ནས།

རྒྱང་རིང་རྒྱང་རིང་གི་དུས་ཚོགས་གཞན་ཞིག་ལ།
བག་ཡངས་ཤིག་སྒྲོང་སར་འགྲོ་འདོད་པ་ནི།
གཞན་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།
ལྷ་ལམ་ལ་བརྒྱངས་པའི།
སྤང་རྒྱང་ངའི་ཆེ་སྟོག་འདི་སྤང་འདོད་པ་ཙམ་ཡིན།



སྤྲུལ་གྱི་འདུག ། ངས་ཐོན་གྱི་ཐོན་གྱི་ཐོན་ལ་མངའ་བའི་རི་མོ་མཁན་གྱི་མིར་ཅེ་ནས་
ཐོན་པ་ལྟ་བུའི་མཛེས་སྤྱད་དང་མཛེས་སྤྱད་དེ་དག་ཀྱང་སྤོན་གྱི་བ་མོ་བཞེན་གང་སར་འཛོར་
གྱིན་གང་ལ། ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་གསེར་དཔལ་ཟངས་ལྷགས་ཀྱི་གཏེར་མཛོད་དག་སྟོན་
ཅི་དགོས། ཐོན་ཐོན་ལ་དབང་བའི་མིང་བྱང་དེའང་བསུབ་ལ་ཉེ། གྱེ་རུ། སྤྲུལ་
ཞིག་གི་དུས་ན། ང་ཚོ་ནི་སྤྲུལ་བཅན་པོའི་གདུང་རྒྱུད་དེ་སྤྲུལ་གཉིས་ས་ཁྱོན་མངའ་དབང་
བསྐྱར་བའི་གདོང་དམར་པ་ཞེས། སྤྱད་ས་བཞིའི་རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་སྤྲུལ་མོ་དག་ཁབ་ཏུ་བཞེས་
ཉེ་ཆབ་སྤྲིད་ཀྱི་མངའ་ཐང་སྤྲིད་བཞེས་བསྐྱེད། རྣམ་པར་བཟུ་ཞིང་དགྲུང་དུ་འཕྱོ་བའི་རྣམ་
དཔྱད་ཀྱི་རྒྱལ་ལས་བཟོ་ལས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་དང་། དཔལ་འབྱོར་དང་རིག་གནས་སོགས་ཀྱི་
རིན་ཐང་འཛུལ་སྤྲིད་ན་འགྲན་ཆུ་བྲལ་ཞིང་། དཔལ་རྒྱལ་གྱི་མཛོད་ཆེས་ནི་སྤྲིད་ཞིའི་ཡང་ཅེ་ན་
འབར་དུས། ཁྱེད་ནི་གནས་ས་ཡུག་གཅིག་དུ་འབྲེས་པའི་ཤམ་རྩ་ལའི་རི་གོང་འོ་མ་ཞིག་
ཡིན་ཉེ། རི་མཛོད་ཞིང་རྒྱ་གཙང་བ། མཐའ་ཀྱན་གངས་རིའི་ཕྱ་ཁྲུང་གིས་བསྐྱོར་ཅིང་མཚོ་
མཆེའུ་ཡིས་མཛེས། ད་དུང་ལྷང་མདོག་གི་གཡུ་མོ་གྱོན་པའི་ནགས་ཚལ་དང་། གསེར་གྱི་མེ་
ཉོག་དགོད་པའི་རྩ་ཐང་སོགས་ཇི་འདྲའི་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་ཨང་། གཞན་ཡང་། རྩ་ཆེན་
ཁ་འབབ་རྣམ་བཞི་སྟེ། སྐྱེ་ཁ་འབབ། སྤང་ཆེན་ཁ་འབབ། མ་བྲུ་ཁ་འབབ། རྩ་མཆོག་
ཁ་འབབ། མ་འབྲི་རྩ་གསུམ་སོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བརྒྱན། མདོར་ན་དུས་དེར་ཁྱེད་ནི་བཟ་
ཤིས་ཤིང་དགེ་ལེགས་འབྱུང་བའི་མི་ཡིས་ཀྱི་དག་ཞིང་འོ་མ་ཞིག་སྟེ། མི་རྣམས་སོས་དལ་བག་
ཐེབས་ཀྱིས་གནས་ཤིང་། དགའ་སྟོན་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གནས་ས་ཁེངས་ཉེ་སེམས་ཁམས་དང་འཆོ་
བརྒྱད་ནི་རྩ་ཡུལ་ལས་ཀྱང་སྤྲིད། ཡིན་ནའང་། གནས་མཁའ་འོད་ཀྱིས་བཀང་ཞིང་ས་གཞི་ཐོད་
ཀྱིས་གཏོར་བའི་ཉེ་མ་སེར་པོ་དེ་གསེར་འོད་ཆེས་ཆེས། ཐོད་ཁོལ་ལམ་ལམ་གྱིས་ང་ཚོ་དང་
རྒྱང་ཐག་རིང་བའི་རི་པོ་ཞིག་གི་རྒྱབ་རིར་བཞུད་ཉིན་དང་། འགོ་དྲག་ཀྱན་ལ་བཅུ་བའི་མ་ལྟར་
བསྐྱེད་ས་ཤིང་ཉམ་ཐག་བྱ་ལ་སྤྱད་ས་ཇིའི་སྤྲུལ་གྱིས་གཟེགས་པའི་དུང་མདོག་གི་རྒྱ་བ་དཀར་
པོ་དེའང་མ་དུང་སྤོན་ནག་གིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་ཉེ་ཡོད་ཆད་མག་མོག་ཏུ་བཏང་བའི་ཉེ་མ་
དེ་ནས་བཟུང་། ཁྱེད་ཀྱི་རི་ལྷང་ཐང་གསུམ་དུ་རྒྱས་དང་ལྷང་ན་གྱི་སྟེ་སྤྱད་ས་འདོན་པའི་འོ་
དོད་ལྷང་ལྷང་ལས་ཅི་ཡང་མ་ཐོས། སྐབས་དེ་ནས་བཟུང་། ཁྱེད་ལ་ཉེ་མ་དང་རྒྱ་བའི་བཅུ་འདང་
མེད་པར་ཐོད་ཁོལ་དཔེན་པའི་སྟོ་གདུང་གི་ལྷང་ན་ཐང་ཞིག་ཏུ་གཏན་ནས་ཆགས། སྐབས་དེ་
ནས་བཟུང་། ཁྱེད་ཀྱི་དྲངས་ཤིང་བསེལ་བའི་རི་རྩ་དག་ཁྲག་གིས་སྤྱད་ལ་ལྷང་གང་སར་སེམ་
འོ་བཅུགས། དཔའ་བོའི་གདུང་རྒྱུད་ཀྱིས་གསར་བཏོད་ཀྱི་སྤྲིང་སྤོབས་དང་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་རྒྱལ་
ལས་འཛུལ་སྤྲིད་གི་ཡང་ཅེ་ལ་བཞེངས་པའི་པོ་བྱང་དེའང་པོ་བྱང་མ་ཡིན་པའི་པོ་བྱང་ཞིག་ཏུ་
བསྐྱེད། དུས་དེ་ནས་བཟུང་། ཁྱེད་ནི་སྤོན་ནག་གི་གོང་དང་མི་ཡུལ་གྱི་དཔལ་ཁམས་ཤིག་ཏུ་
གྱུར། བ་ཡུལ་ཨ། བ་ཡུལ། ད་ནི་ཁྱེད་རང་རི་སྤྲིང་གི་སྤྲིང་ཁ་དང་མཆེ་ཅེ་ན་ཉམ་ཐག་
མ་མེད་རི་དྲགས་རྣམས་མ་བཞེན། ཁོ་ཚོས་ཉམ་སེམས་ཀྱི་སྟོན་སྤྲུལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཤ་ཁྲག་འཛིབ་ཀྱིན།

པར་མཐོང་ཆོར་ཡོད་པའི་གྲོགས་པོ་ཆོར་དོན་ངོ་མ་ཁོང་ཆོས་ཅི་ཞིག་རིག་གི་ཡོད་མེད་ལ་
ཆོད་ལྟ་བུར་གྱི་ཡོད།

ཉིན་ཁ་ལས་སྡོམ། གྲོགས་བཟང་ཞིག་གིས་ངར་ལྟ་བུར་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་
ལྟར་གསེབ་ཁྲིད་ནས་བསྐྱེད་པས་བདག་གིས་ཁོ་མོར་ཅི་ཞིག་རིག་ཡོད་མེད་དེས་པར། ལ་
མཚན་པ་ཅི་ཡང་མི་འདུག་ཟེར། སལ་ཆེར་རང་ཉིད་དེས་ལན་དེ་ལྟ་བུར་གོ་མས་འདིས་ཐེབས་
པས་མིན་ནམ་སྐྱུ་ལ་གང་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་ན་བར་ཡིད་མ་ཆེས་པ་ཡིན་ཡང་སྲིད།

ལྟར་གསེབ་ཁྲིད་ན་ཆུ་ཆོད་གཅིག་ཙམ་བསྐྱོད་ཀྱང་དོ་སྣང་བྱེད་རིན་ཆོག་པའི་དངོས་
པོ་ཅི་ཡང་མཐོང་རྒྱུ་མེད་པ་ནི་ཡིན་མི་སྲིད་ཅེས། རང་གིས་རང་ལ་དེ་བར་ཐལ། འཛན་བྱེད་
རྒྱུ་གིས་མཐོང་མི་སྟབ་པ་བདག་རེག་ཆོར་ཁོ་ནར་བཞེན་ནས་རང་ཉིད་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་
པའི་དངོས་པོ་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོ་ཉིད་སྟབ་ཀྱི་འདུག་ལ། ལག་གཉིས་ཀྱི་བཙེ་ཆོར་གྱིས་
ཤིང་སྟག་པའི་འོད་དཀར་གྱི་བགས་པ་འཕམ་ཡང་ན་རྒྱུ་ཤིང་ཁོད་མི་སྤྲོ་མས་པའི་ཤུག་པའི་
བགས་པར་རེག་གི་ཡོད། དེ་བྱེད་དུས་སུ་བདག་གིས་ལྟང་མར་རེག་གིན། དེ་བས་ཁོངས་ཤིང་
ཐེའུ་ཞིག་འཆོལ་སྟེགས་བྱེད་ལ་རང་རྒྱུང་ཁམས་ཀྱི་དགུན་ཉལ་ལས་བསད་པའི་སྤྱ་བལྟས་དང་
པོ་དེ་འཆོལ་སྟེགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྐབས་དེར་གཅེས་སུ་རུང་བའི་མེ་ཉྱུག་དང་འཇམ་བཤེར་
ཀྱི་སྒྲུ་རིས་དག་ཆོར་གྱི་འདུག་ལ་ཁོད་མི་སྤྲོ་མས་པའི་འབར་འབྱར་དག་ཀྱང་ཉྱུགས་པར་བྱེད།
བདག་སྤྱོད་བྱུང་དུ་ལམ་འགྲོ་ཆེན་པོ་ཞིག་རྒྱགས་ཆོ། འཇམ་དལ་གྱིས་ལག་རྒྱུང་ལྟང་ཆུང་
འཛིག་སྲིད་ལ། བདག་གིས་བྱེད་ཆུང་སྤྱོད་གདངས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་སྤྱོད་བྱུངས་ཁྲིད་ན་
སྤྱོད་སྤྱོད་གི་མཆོངས་ལྡིང་བྱེད་པ་ཆོར་སྟབ། རྒྱུང་གང་བསེལ་གྱི་ཆུ་ཕན་དག་བདག་གི་མཆོབ་
མའི་སྤྱབས་ནས་བྲེལ་འཆུབ་གྱིས་རྒྱགས་པར་ཉ་ཅང་དགལ། ཐང་ཤིང་ལོ་མ་ཡང་སྲིན་བལ་
དང་འབྲུ་བར་རྒྱ་འཇམ་དག་སྤྱོད་ཐིང་དེར་ས་གདན་བཉིང་བ་དང་ཀྱན་ནས་མཆོངས་པས་རྒྱས་
སྤྱོས་ཅན་གྱི་པོ་འོ་སི་སི་གདན་ཆུང་དུ་ལས་དེ་བས་དགའ་བསྟུ་ཐོབ་དེས་སྐྱལ། ངའི་ངོས་ནས་
བཤད་ན་དུས་བཞིའི་མཛེས་སྤྱོད་མི་མི་སེམས་འགྲུལ་བ་དང་མ་ཟད་འཁྲབ་མི་ཆོར་པའི་སྤྱོད་
གར་ཞིག་དེའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ནི་བདག་གི་མཆོབ་ཅེ་ནས་དེ་དེ་བཞིན་འཇམ་འདར་ཤོར་སོང་བ་
ཡིན།

སྐབས་དེ་བདག་གི་སེམས་ཁོངས་ནས་དུ་འཕོད་བྱེད་ཀྱིན་དངོས་པོ་ཡོད་ཆོད་མཐོང་
པའི་དེ་བ་སྐྱོམ་པ་རྒྱ་འཕྲོད་ལྟར་ཡིན་ལ། བདག་གི་རེག་ཆོར་ལ་བཞེན་ནས་དེ་ལྟ་བུར་སྤྱོད་སྤྱོད་
ཞིག་ཐོབ་ན་བདག་གིས་མཐོང་ཆོར་ལ་བཞེན་ཆོ། དེ་བས་མཛེས་སྤྱོད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་
དུ་མ་ཞིག་སྤྱོད་སྟབ་ཨང་། ཡིན་ན་ཡང་མཐོང་ཆོར་ཡོད་པའི་མི་བྱེད་གིས་མཐོང་བ་ནི་ཉུང་
ཉུང་ཡིན། གོ་ལའི་ཁྲོད་མཆོན་མདོག་ནམ་པར་བཟའིང་བྱེད་དེ་བས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མེ་ཉྱུག་
བཟམ་པ་བཞིན་མཛེས་སྤྱོད་གི་ཁོངས་པའི་ཡུལ་སྤྱོད་ལ་ཁོང་ཆོས་དེ་ནི་རང་ཉིད་ལ་འོས་
ཤིང་འཆམས་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད། སལ་ཆེར་མའི་རིགས་ནི་དེ་ལྟར་ཡིན་མོད་ཀྱང་།

༣། སློལ་རྒྱུ་རིག་གནས་ཀྱི་དགེ་མཚན་དངོས་བཤད་པ།

བོད་ཀྱི་སློལ་རྒྱུ་རིག་གནས་ཀྱིས་དུས་རབས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འོ་བོ་མི་འདྲ་བའི་གནས་
 ཚུལ་འོག་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་རིམ་ལས། སྤུང་མིན་གྱི་རྒྱས་པ་ཅི་ཙམ་བཏོན་ཡོད་པ་ནི་ལོ་རྒྱུས་
 དག་ལས་ཤེས་ཐུབ་པར་སོང་། འདིར་ཟུར་བལྟས་ལེབ་མཐོང་གི་དཔེ་ལྟར། བྱུང་བ་བརྗོད་པའི་
 དུས་རབས་ལ་མཚོན་ནས་ཅུང་ཟད་གླེང་ན། སྤར་སྤྲད་ཨ་མ་དེའི་ཕྱོགས་སུ་སོག་པོ་གྲུར་གྱི་
 རྒྱུ་གར་གྱི་བརྒྱུད་པས་མདོ་སྤྲད་ཀྱི་ས་ཆ་གང་འཚམས་ཤིག་དབང་བ་སྦྱར་བྱས་པ་དང་། ཅོང་
 ཁ་རྒྱལ་པོའི་གཙོ་སྤྱལ་ལུང་གི་བྲག་པར་དབང་བ་སྦྱར་བའི་དཔོན་ཁག་མང་ཞིང་། ཁམས་
 ཕྱོགས་སུའང་། རྟེན་གཞི་རྒྱལ་པོ། རང་ཆེན་རྒྱལ་པོ། བེ་རི་རྒྱལ་པོ། ལྷ་ཐོག་རྒྱལ་པོ། འཕྲོང་
 པ་རྒྱལ་པོ། ལྷགས་ལ་རྒྱལ་པོ་སོགས་རྟེན་དཔོན་མང་དུ་བྱུང་ཡང་། ཨ་མ་དོ་དང་ཁམས་སྤྱི་
 ལ་དབང་བ་སྦྱར་བའི་དཔོན་པོ་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་བར་བརྟེན། སྐབས་དེར་བོད་མི་རིགས་ནི་
 གཅིག་གྱུར་གྱི་བསམ་སྒྲོ་མེད་པ་དང་། མཐུན་འབྲེལ་གྱི་སྟོབས་ལྷགས་མེད་པ་བཅས་ལས་རྒྱ་
 སོག་གི་མི་རིགས་གཞན་རང་སར་བཅན་འཇུག་གི་རྒྱ་ལས་སྤོ་བྱུང་ཡོད། བོད་མིལ་བུའི་
 རྗེས་སུ་མཚོན་ནའང་ཡིག་ཆ་རྣམས་སུ་གནམ་ཀ་བ་མེད་པའི་འོག་རོལ་ཏུ་སྦྱོད་པའི་སྤྱི་རྒྱ་ཡོད་
 རོ་ཅོག་ལ་བཀའ་སྤྱལ་པ། ཞེས་བཀའ་ཤིག་རྗེ་གཉམས་ཆེ་བ་ལས་ལུལ་དུས་སམ་ཁོར་ལུག་
 འགྲུལ་འགྲུལ་གྱི་དབང་ལས་བོད་སྤྱི་ལ་སྤྲོད་དབང་གིས་བྲལ་ཐུབ་མེད། འོན་ཀྱང་ཆོས་དང་
 རིག་གནས་ཀྱི་ཆ་ནས་བོད་ཆོལ་གསུམ་ཁྱོན་ཡོངས་ལ་འཕྲིན་ལས་དཀར་འཇམ་ལུག་གཅིག་
 ཏུ་བྲལ་ཡོད་པར་བརྟེན་མི་རིགས་གཅིག་དང་། རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་། སྤྲད་ཡིག་གཅིག་ཡིན་པའི་
 འདུལ་ཤེས་དེ་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་སྤྱུང་བ་བྱུང་ཡོད་པ་འདི་ནི་སློལ་རྒྱུ་རིག་གནས་ཀྱི་ལག་རྗེས་
 སུ་ཤེས་ཐུབ་ཅིང་། བོད་དུ་དུས་ངན་གྱི་སྐབས་སུའང་། ཞི་བའི་བཅིངས་སྟོལ། དམངས་གཙོ་
 བཅོས་སྦྱར། རིག་གནས་གསར་བརྗེ་སོགས་ཀྱི་དུས་རྒྱུང་འོག་ དཔུལ་བ་མི་ལུལ་དུ་འཕོས་
 པ་ལྟར་ཡང་བའི་མནར་གཅོད་ཀྱིས་རི་ལྟར་གཙོས་ཀྱང་འགྱུར་མེད་ཀྱི་རང་གཤིས་དང་། ལྷམ་
 མེད་ཀྱི་སྟོབས་པ། གཡོ་མེད་ཀྱི་དད་འདུན། མི་རིགས་ཀྱི་འདུལ་ཤེས་དག་དོ་ལ་རི་མོ་བརྗོད་
 པ་ལྟར་བོད་མི་དག་གི་སེམས་སུ་གནས་པ་དེ་ནི་སློལ་བཟང་རིག་གནས་ཤིག་གིས་སྤྲད་པའི་
 གཤེད་སྟོབས་ལས་གཞན་ཅི། དེའི་ཕྱིར་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་གང་ལ་མཚོན་ནའང་རང་
 མཐོང་ཆེ་ཆོས་ཀྱིས་སྤར་སློལ་ཁོར་ལས། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ལེགས་ཆར་མི་སེམས་པར་རྟིང་པ་
 ལྷ་སློལ་དང་། གསར་པ་བདུད་ཀྱི་འབྲུལ་དུ་འཛིན་པ་ནི་ཉམས་པའི་རྒྱ་ལས་མ་འདས་ཀྱང་། ལོ་
 རྒྱུས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྟར་ཞིང་ནང་དོན་ལུན་སུམ་ཆོགས་པའི་བོད་ཀྱི་སློལ་རྒྱུ་རིག་གནས་
 འདིས་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་སྟོབས་དང་སྟོབས་པ་རང་བཅི་རང་བཀུར་ཐོག་། མ་འོངས་ལུགས་
 བསམ་ལ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པར་གྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་གྱུར། མི་རིགས་མཐུན་སྦྱིལ།
 ཞི་བདེ་དང་མཉམ་གནས་སོགས་རང་བཞིན་གྱི་བསྐྱུན་སྤྱུང་པ་མ་ཟད། བོད་ལུལ་ཙམ་མ་ཡིན་

པར་མ་འོངས་པར་འཇམ་སྒྲིང་ཕྱི་ལོ་ཞི་བདེའི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་ཏུ་བསྐྱར་བའི་རྒྱས་པའང་ཡིན།
 དེར་བཞེན་པོད་ཀྱི་སྟོན་རྒྱན་རིག་གནས་ཟབ་ཡངས་ཆུ་གཏོར་ལྟ་བུ་འདི་ཉིད་དེར་གི་རྒྱས་སུ་
 སྒྲིང་ལྟེ་ཁྱོན་ན་སྒྲན་པའི་གྲགས་པ་སྒྲན་སྒྲ་ཏུ་འབར་བཞེན་པ་ཀྱན་གྱིས་མཐོང་ཆོས་སུ་
 བྱུང་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་པོད་མེས་པོ་དག་གིས་སྤྱིང་སྟོབས་ཆེན་པོས་དཀའ་བ་དང་བྱ་སྒྲངས་ཏེ།
 རྒྱ་དཀར་ནག་གཙོས་ཚྭ་གསུམ་གྱི་མི་རིགས་དག་གི་རིག་གནས་ཀྱི་ཉིང་བཅུད་རྣམས་བསྐྱས་
 ཏེ། རི་སྐད་དུ། དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས། རང་ཉིད་ངེས་ཤིང་གཞན་དག་ལ། ངེས་པ་སྦྱིད་པ་
 འདོད་པ་ཡིས། ཚྭ་གསུམ་ཆོས་འབྲེལ་བ་བསྐྱབ་བྱ་དག་བརྗོད་པ་ལས་གཞན་སྤང་བར་བྱ། ཞེས་
 དང་། ཐབས་བྱུང་དེ་རྒྱ་སྟོན་བྱུར་པ། དེ་འཆད་པ་ནི་དཀའ་བ་ཡིན། ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན།
 རིག་པའི་གནས་མཐའ་དག་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རི་ལྟ་བུ་པ་ངེས་པ་སྟོན་པོར་གི་གཞན་ལ་ཚུལ་
 བཞེན་དུ་སྟེལ་བའི་ཆད་དུ་བྱུང་བའི་ཐབས་ལམ་སྤྱད་དེ། གངས་རིའི་སྤང་བ་བསྐྱར་ཆགས་སུ་
 བསྒྲིགས་པའི་འཇམ་སྒྲིང་མཐོ་སྐད་གི་ཡང་ཅེ་འཕྲོད་པའི་ཁོར་ཡུག་ཆེན་མོ་དེར། གཏིང་མཐའ་
 དཔོག་པར་དཀའ་ཞིང་གོ་ལར་ཕྱི་ལོར་པན་རྒྱས་ཅན་གྱི་བཅུ་ལྔ་ཟུང་གི་རིག་པའི་གནས་
 རྣམས་བསྐྱན་པར་མཇུག་པའི་བཀའ་བློན་ནི་པོད་རྣམས་ཀྱི་འདི་གསལ་དང་རྒྱས་པའི་རྟེན་དུ་
 འཐེམ་དགོས་པ་ཞིག་ལོས་ཡིན།

དེར་རྒྱས་ཀྱི་མཁས་པའི་དབང་པོ་ཁ་ཅིག་གིས། མི་རིགས་རྗེས་ལུས་ཐེབས་བྱེད་ཀྱི་
 གཞི་རྩ་ནི་སྟོན་རྒྱན་རིག་གནས་ཀྱི་ཞན་ཆ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ནི་དངོས་ཡོད་འཆོ་བའི་ཁྱོད་དུ་སྤང་
 བྱར་བཞེད་པ་ནི་མི་ལེགས་ཏེ། སྟོན་ཐོན་ཆོན་ཅལ་དང་དེར་རབས་རིག་གནས་བསྐྱབ་དགོས་
 པ་སྟོན་སུ་མེད་ཀྱང་། གཞི་འཛིན་ས་གཙོ་བོའམ་སྟོན་སྤྱིང་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོ་བྱད་གཙོ་བོ་ནི།
 རང་གི་རིག་གནས་ལས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་ཀྱིས་ནམ་ཡང་ཡོང་ཐབས་མེད། ད་
 སྐབས་སྟོན་རྒྱན་རིག་གནས་སྤྱང་བར་མི་སྟོན་ཞིང་དོན་གྱི་ཁ་ཚྭ་གསུམ་རི་བཞེན་མ་ངེས་ཀྱང་།
 ཆོན་རིག་དང་། དེར་རབས་རིག་གནས། མདུན་མཆོང་དང་། སྟོན་ཐོན་ཞེས་པའི་ཆོག་སྐྱམ་
 ཅམ་ཡང་ལེབ་མོར་བྱེད་པར་དགའ་བའི་དེར་སང་པོད་ཀྱི་ན་གཞོན་ཁག་ཅིག་དང་། འདས་པའི་
 བཟང་བྱ་བཅུ་ལྔ་གསུམ་སྟུག་གི་རིང་བྱི་ནང་གི་རིག་གནས་གང་ལ་ཡང་རང་རྒྱ་མི་འཕེར་བ།
 བག་མེད་སྟོན་འཕྱར་ཀྱི་རྗེས་ཆང་སོགས་ལ་རོལ་ཞིང་མི་ཆེ་སྟོང་ཟད་ཀྱིས་གཞན་དོན་པར་
 བཞག་རང་དོན་ཅམ་ཡང་བསྐྱབ་པར་མི་རྒྱས་ཤིང་། མི་རིགས་ལ་རང་བཟུང་དང་ཆེ་མཐོང་
 མེད་ཁར། གཞན་བཞེན་གྱི་བསམ་སྟོན་ཁོ་ནའི་མི་ཆེ་པམ་ཁས་ངང་འདུལ་བཞེན་པའི་མིག་སྟེེ་
 དཀའ་ཁག་འདི་རིགས་བསལ་དགོས་ན། མི་རིགས་ཀྱི་རང་བཞེན་མདོན་པར་གསལ་ཞིང་།
 ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད། རྫོགས་ཀྱི་དྲངས་མ་སྟེ། སྟོན་རྒྱན་རིག་གནས་ཀྱི་ཆང་བྱས་ཏེ་དེར་
 རབས་ལ་ཁ་ཚྭ་གསུམ་པའི་སྟོན་གསལའི་ཐབས་ལམ་གྱིས་སྟེ་ཁྱོད་བྱས་ན། མི་རབས་གསར་པ་
 དག་ལ་གསོན་བྱགས་གསར་པ་ཞིག་རྒྱས་ཏེ། རིག་གཞུང་ལ་དགའ་ཞེན་ཆེ་བ། རྟག་ཏུ་རང་
 མཐོང་བྱེད་ཤེས་པ། མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་སྤར་ལས་ཆེ་བ་མ་ཟད། དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་གྱི་

འཇུགས་སྐྱུན་ཡང་གོང་འཕེལ་འཕྲོ་སྐབ་པ་སོགས་དོན་སྤྱིར་ཆེན་པོ་ལྡན་པ་སྟོན་སྲུ་མེད། རྒྱ་
མཁའ་གང་གིས་ཤེ་ན། སྟོན་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་
དུས་རབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་ཁོ་ན་ཞིག་ཡིན་པས། མི་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བྱེད་
ཀྱི་སྐྱུལ་ཕྱགས་ནི་སྟོན་རྒྱུན་ཀྱི་ཉིང་བརྩུང་ཡིན་ལ། དེ་ནི་དངོས་ཡོད་ཀྱི་སྤང་གཞི་ཡང་ཡིན།
མོད་མིའི་ཆེ་སྟོག་སྐྱེད་བའི་ལྷག་བསམ་ལས་ཀྱང་། “བརྩུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་སེམས་
རྒྱུད་དཀར་ཁྲི་སྤྱིར་ཐེ་ཆེ་བ། ལས་འབྲས་ལ་བརྩེ་བ། ཆོས་ལུགས་ཡང་དག་ལ་དད་པ། གཡོ་
སྐྱུ་མེད་ཅིང་སེམས་བྱང་བའི་ཁར་སྟོན་སྐབ་པ། གཞན་པམ་ཀྱི་བསམ་བས་རྒྱུད་སྐྱུག་པ་
སོགས། དེར་སང་འཇུག་སྤྱིར་ན་གསེར་ལས་རིན་ཆེ་བར་བརྩེ་བའི་སྟོན་བཟང་རིན་ཆེན་རྒྱུན་
ཀྱིས་སྤྱད་པས་ཆེས་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱུ་ཀུན་དུ་བྱུང་བ་ཡོད་པ་འདི་དག་ལ་དགའ་བ་
སྟེ་འོས་པ་མ་ཟད།” ཅེས་གསུངས་པ་འདི་ཡང་སྟོན་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱིས་ང་ཚོར་སྤྱད་པའི་
རིན་གལ་ཀྱི་འཕྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྩའི་དགོས་མཁོའི་ལེགས་བྱང་ལ་སྐྱུག་ཡིན་ཅིང་། སྤང་བྱངས་
མང་བའི་མན་རྩའི་མི་རིགས་དེ་མི་རིགས་ཆེན་པོའི་ཁོངས་སུ་འཕྲུལ་ཕྱིན་པ་དེ་དཔེ་མཚོན་
དུ་བསམ་ན། མི་རིགས་གང་ཞིག་གི་སྟོག་རྩ་ལུན་དུ་གནས་མི་གནས་ནི་མི་རིགས་དེའི་རིག་
གཞུང་གི་འཆོ་བརྩུད་ལ་རག་ལས་ཀྱི་འབེལ་བར་བྱུང་བ་ཤེས་སྐབ་པས། མི་རིགས་ཤིག་འཆོ་
གནས་བྱུང་གོས་ན་ལག་བསྟར་ཅི་ཞིག་དགོས་པར་ངས་པ་རྙེད་པའི་ཐོག་ནས་ཆོས་དང་རིག་
གཞུང་ལ་སྤྱང་དོར་དཔྱད་འཛོག་དང་། གདོད་མའི་སྤང་གཞིའི་སྟེང་དུ་ཉིང་བརྩུང་ཚུལ་ལེན་
དང་། བཟང་སྟོན་ཀྱི་ལེགས་ཆ་དག་སྤངས་པ་ལས། རྙེད་པ་སྟེག་མེད་དང་ཡོད་ཆད་གསར་
རྒྱུད་དུ་བཞག་ན་འཕྲོ་བ་མིའི་བདེ་དོན་ཀྱི་གཞི་རྩར་མཁོ་བའི་རྩ་ཆེན་ཀྱི་ལེགས་བྱང་དག་རང་
བཞིན་ཀྱི་འཛིག་པར་འགྱུར་བས་གཞི་མེད་ཀྱི་ཉམས་རྒྱུད་ལས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་
དང་འགལ་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་ཙམ་ཀྱི་མི་ཆོས་པར་མི་རིགས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་མ་བརྒྱག་པ་
ཞིག་དང་། རྒྱ་ཆེ་དོན་ཟབ་ཀྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་གནད་རྣམས་མི་རབས་སྤྱི་མའི་དུག་
དགོས་པའི་གནས་སྤངས་ལ་འགྱུར་བ་མ་བྱུང་ན་བརྩུང་ལེན་སྟེགས་དོར་གང་དགོས་བྱ་ཆོག་པ་
ལས་སྐབས་སྤྱད་དོག་པོའི་མནོ་བསམ་བྱུང་བ་ནི་ངལ་བ་ཁོ་ན་འོ།

༧། དེ་ཉིད་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་པ་སོར་ཕྱད་བྱ་དགོས་པ།

གསར་ཉིད་གི་དགོ་མཆན་འགྲན་བསྐྱར་བྱ་རྒྱུ་ནི་ཡང་རྒྱས་ཀྱི་ཐབས་མཆོག་གྲན་
མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པས། བོད་བཤད་བཞིན་སྤར་ཡོད་རིག་གནས་ཀྱི་ཆར་གཞིའི་ཐོག་མི་རིགས་
གཞན་གྱི་རིག་པའི་སྒྲིབ་བརྒྱུད་བསྐྱས་ཏེ། གསར་ཉིད་དོ་མཆར་མཐུན་སྒྲེབ་ཀྱི་ལམ་ནས།
གསར་གཏོད་དང་བོད་སྐད་ཆེད་ཆོས་ལ་མ་ཉམས་པ་བྱས་ན། ཉག་གྲུས་
བརྩོན་པས་མ་བཏང་ན། མི་འགྲུབ་བྱ་བ་གང་ཡང་མེད། ཅས་པ་བཞིན་སྔོན་ཐོན་མི་རིགས་

ཀྱི་གྲུ་འདྲ་ལྟར་ཅིང་། ལུས་སྒོག་སྒོས་བཏང་གིས་ངལ་བ་བརྒྱ་ལྟ་བུ་བསད་དེ་མི་རབས་
 གྱི་མ་དག་ལ་རིག་གནས་ལུས་བཞག་གནང་མཁན་གྱི་མེས་པོ་དམ་པ་གོང་མ་ཆོར་འོ་གནོང་
 མི་དགོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡོང་བ་མ་ཟད། རང་དབང་དང་རང་དབང་མ་ཡིན་པའི་ཐོག་ནས་གཞིས་
 བོད་གཉིས་སུ་སྒོལ་རྒྱུ་གྱི་རིག་གནས་དང་། བོད་མིའི་བཟང་སློང་དག་ཉམས་དམས་སུ་འགྲོ་
 བཞིན་པ་འདི་ཉིད་སྤང་མེད་དུ་འཛོག་ན་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་མི་རབས་རྣམས་ལ་འཆམ་དང་མི་
 འཆམ་དེ་མི་རིགས་ལ་ཤ་ཆ་ཡོད་པའི་སྤྱི་བོ་རྣམ་དཔྱད་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་ཤེས་དགོས་པའི་དུས་
 ཆོད་དུ་སྤེལ་བས་ཡོད། འཛམ་གླིང་སྤྱིའི་འགྲོས་བཞིན་མི་རིགས་གང་ཡིན་སྐད་དང་ཡི་གེ་སོགས་
 སྤུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གཞུང་ཁོ་ནའི་འབྲེད་པ་ལས། སྤུང་པས་ནད་པར་བརྟགས་པ་ལྟར་
 ཅ་རྒྱུད་ཀྱི་ཟུངས་ཁག་ལ་བལྟས་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་རིས་འཛིན་བྱེད་པ་ནི་ནམ་ཡང་ཡོང་བའི་
 མེད་པ་ཞིག་རེད།

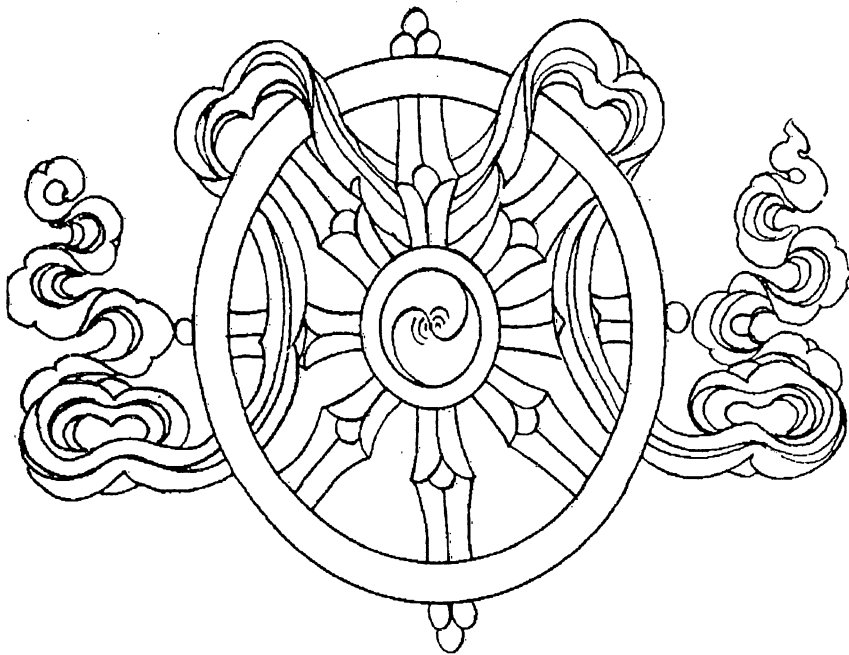
དེ་ཡང་སྒོལ་རྒྱུ་རིག་གནས་རྒྱུ་འཛིན་བྱ་རྒྱ་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་ཆག་འཛིག་
 ཅུ་མ་མ་ཡིན་པ་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་རྣམ་ཀུན་གསུང་བཞིན་པའི་
 འཛམ་གླིང་གི་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ལྟེ། “དང་པོ། མི་འབོར་ཉ་ཅང་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བ་ལ་
 བརྟེན་ནས་མ་སྤུང་རྒྱུ་གྱིས་མ་འདང་བ། གཉིས་པ། དཔལ་འབྱོར་འབྲེལ་མཉམ་མེད་པ། གསུམ་
 པ། ཁོར་ལུག་ཉམས་ཆག་ཆབས་ཆེན་འགྲོ་བཞིན་པ། བཞི་པ། དཔག་དང་འབྲུག་ཅོད་ཀྱི་
 གནས་ཚུལ། ལྟ་བུ། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མིང་དེ་འབྲུག་ཅོད་བྱ་རྒྱུའི་དོན་དུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་
 ལྟ་བུ་ལས། དཀའ་ཆོས་འདི་དག་རེ་རེས་ཀྱང་འཛམ་གླིང་སའི་གོ་ལ་ཕྱི་ལ་པོ་ཅ་འཛོར་དུ་འགྲོ་
 བར་རྒྱས་པའི་ཆེས་འཛིགས་སྤང་ཅན་གྱི་གནད་དོན་དག་ལ་ཡང་གདོང་ལེན་བྱ་བའི་ཐབས་ནི་བོད་
 ཀྱི་སྒོལ་རྒྱུ་རིག་གནས་ཀྱི་ཉིང་བརྒྱད་དེ་ནང་པའི་ལྟ་སློང་གྱི་ལམ་བུར་བསྐྱོད་དེ་བྱམས་པ་
 དང་། སྤྱིང་རྒྱ། གཞན་པན་དང་། འཆོ་བ་མེད་པ། ལྷག་བསམ་དང་བྱང་བདེན་སོགས་ལ་གཞི་
 བཅོལ་དགོས་པ་ལས། མདུན་མཆོང་དང་། གསར་བཏོད། དེང་རབས་དང་། སྤོན་ཐོན་སོགས་
 གང་གིས་ཀྱང་སྒོག་མི་རྒྱས་པ་ནི་མ་བཟུས་ཡོང་བས་མཐོང་ཆོད་དང་། མ་བཤད་འོན་པས་གོ་
 ཆོད་དུ་ཡོད། དེས་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་དང་མི་རིགས་ཤིག་འཆོ་གནས་རང་རྒྱ་སྤུང་མིན་ཅུ་མ་
 ཡིན་པར་སྤྱི་བོ་ཡོད་དོ་ཅིག་ལ་པན་པ་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་པ་འབྱུང་བའི་སྒོ་གཅིག་བྱར་བྱུར་
 པ། ལྟ་སྒོལ་བོད་ཀྱི་རིག་པའི་གནས་ཆེན་པོ་འདི་དག་ཉམས་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པའི་ཚུལ་
 འདིར་འབྲེལ་ཡོད་དུ་ཁྱེད་རྣམས་དང་། བསྟན་དང་འགྲོ་བར་པན་པ་ཁས་འཆེ་བའི་སྤྱི་ཆེ་མི་
 དཔོན་དག་གིས། ཆོག་སྟན་མོའི་ཁ་གཡང་སྒོག་པ་ཅུ་མ་དང་། འབྲེལ་ཆགས་པའི་བསྐྱགས་
 གཏམ་རིང་མོ་ཅུ་མ་གྱིས་པན་པར་དཀའ་བས་སྤུགས་ཉམས་ཞིབ་འཛོག་གནང་རྒྱ་དགོས་གཤམ་
 ཆེ་ཞིང་། སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་དང་། ཆོན་རིག་དང་དཔལ་འབྱོར། རིག་གནས་དང་སྒོལ་
 གསོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྩར་བྱུང་བའི་བོད་ཀྱི་སྐད་དང་ཡི་གེའི་གཙུག་ཆོས་དང་རིག་གནས་
 དག་འཛིག་པར་བྱུར་ན། སའི་གོ་ལ་ཆེན་པོ་འདིའི་པར་བར་གནས་པའི་སྒོག་ལྷན་ཀུན་གྱི་པམ་

ཁ་ཡིན་པར་གཟིགས་ཏེ། ཕྱིས་འབྱུང་ན་གཞོན་ནམས་ཀྱིས་རང་གི་རིག་གནས་ཀྱི་རིན་ཐང་ལ་
 རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་པའི་ངེས་པ་རྙེད་ཐུབ་པའི་ཐབས་བྱས་ཤིག་ལག་བསྟར་གྱིས་རིམ་པའི་
 རྒྱ་ཁྱབ་ཏུ་གཏོང་རྒྱུ་ནི་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱི་ཚད་དང་ལྡན་པའི་ཐོན་ཐུང་
 གང་ཞིག་བཟོ་སྐྱོད་བྱ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ཉིད་འཁོར་རྒྱུ་གྲེད་སའི་ཁྱིམ་ར་ཞིག་
 མེད་ན་ཐོན་སྐྱོད་བྲེད་མཁན་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་ཅུང་ཏུ་འགྲོ་བ་ལྟར། གཅེས་པར་འོས་པའི་
 སྒོལ་རྒྱན་རིག་གནས་དེའང་སྒོལ་བྱ་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་ནང་ཏུ་བསྐྱབ་རྒྱ་ཙམ་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པ། དེ་
 ཉིད་སྤྱི་ཚོགས་ཁོང་ཏུ་དགོས་མཁོ་དང་བཀོལ་སྤྱོད་བྲེད་སའི་ཁོར་ལུག་བསྐྱོད་དགོས་པ་ནི་
 ནད་ཐོག་ལ་སྤྲོད་དང་ནག་ཐོག་ལ་བཅག་ལྟ་བུར་ཤེས་དགོས་ཤིང་། ཁོར་ལུག་བསྐྱོད་དགོས་
 ཞེས་པ་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་རྒྱ་བསྐྱོད་དང་རང་རིགས་ཀྱི་སྤུལ་བྱུང་མཁས་དབང་དག་
 ལ་མཐོང་བཅོས་གང་ལེགས་གནང་རྒྱ་སོགས་ཀྱིས་མཆོད། དེ་མེན་སྐད་དང་རིག་གཞུང་ནི་མི་
 རིགས་ཀྱི་སྒྲ་སོག་ཡིན་ཅེས་གཞི་བཞུག་ཏུ་ཡོང་བས་འཕངས་པའི་མདའ་མོ་ལྟར་དམིགས་
 གཏད་ཅི་ཡང་མེད་པ་འགྱུར་རྒྱ་གདོན་མི་ཟེམ།

༥། མཐུག་བསྐྱུ་བའི་གཏམ།

སྟོང་གསུམ་རིན་ཆེན་གསེར་གྱིས་བཀའ་སྟེ་སྤུལ་ཡང་བཀའ་བྲིན་གྱི་ཆ་ཤས་སྒྲ་མོ་ཙམ་ཡང་
 གཞུལ་བར་དཀའ་བའི་བོད་ཀྱི་མེས་པོ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མདོ་དབུས་མཐོ་སྐང་ཏུ་བཞག་
 གནང་བའི་རིན་བྲལ་བོད་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱན་གྱི་རིག་པའི་གནས་ཆེན་པོ་དག་གིས། ང་ཆོར་
 མཚུངས་མེད་ཀྱི་རྣམ་དཔྱོད་དང་འཛད་མེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་ཡོད་ལ། ད་ལྟའི་དུས་སྤུའང་
 འཛམ་གླིང་རིག་གནས་འོར་བུའི་བང་མཛོད་ཕུན་སུམ་ཐེ་ཚོགས་སུ་གཏོང་བ་ལ་མཛད་རྗེས་
 སྤུལ་ཏུ་བྱུང་བ་འཛོག་བཞེན་པར་བརྟེན། དེ་ཉིད་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་། ཉམས་པ་སོར་
 རྒྱུད་ཀྱི་ཆེད་ཏུ་བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་རིས་སུ་གཏོགས་པའི་སྒོ་ལྡན་མཆོག་དམན་བར་མ་ཀྱན་
 གྱིས་རྙེད་ཞེན་དང་བག་འཁུམས། ལེ་ལོ་དང་མོངས་པ། ལྷན་རྒྱུང་མཆོགས་བཟུང་དང་། རང་ལྟ་
 མཆོག་འཛིན་སོགས་རིང་ཏུ་དོར་ཏེ། རང་རང་གི་སྐལ་བ་དང་མཉམ་པ། སྒོ་ཡིས་གང་སྟོགས།
 རྒྱས་པའི་གང་སྤུལ་གྱིས་མཐའ་གཉིས་བྲལ་བའི་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱིས་དགག་གཞུག་དང་སུན་
 འབྲིན། སྤྲིགས་དོར་བརྒྱད་ལེན་གང་འོས་བཟུང་ཏེ་དུས་རབས་ཀྱི་འགྲོས་དང་མཐུན་པར་སྟོན་
 ཐོན་ལམ་ཏུ་ཁྱིད་པའི་དེད་དཔོན་དང་། རྗེས་སུ་སྟོང་ནས་འབྲེན་པའི་དབུང་རོགས་ཅི་ནས་
 ཀྱང་གནང་རྒྱུ་ནི་སྒོ་སྟོས་ཀྱི་རྩལ་དང་ལྡན་པའི་སྤྱི་བོ་ཡོད་དོ་ཅོག་གིས་བཟུང་བར་འོས་པའི་
 འགན་འཁུལ་ཉག་གཅིག་སྤེལ་ཏེ། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་མཆོམས་སུ་ཆོན་འབྲུལ་གཉིས་
 བསྟོངས་ཀྱིས་གཟི་བྱན་གསར་བ་ཞིག་འཕྲོ་བཞེན་པ་འདི་ཡང་། མི་རྣམས་ཡིད་དབང་འཕྲོག་
 ཅིང་ཉང་སངས་དགོས་པའི་བྱ་དངོས་ཀྱི་རང་བཞིན་དག་ཏུ་མཆོར་ཆེ་བའི་དཔལ་ཡོན་ཞིག་ཏུ་

མཐོང་ན་འང་། ཐོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བལྟས་ན། ཚན་འབྲུལ་མཉམ་སྡེ་བ་ཀྱི་མདུན་བསྐྱོད་ལ་
 དགེ་སྦྱོན་གང་ཡོད་དངོས་བདེན་རིགས་པའི་ལམ་ནས་ངེས་ཤེས་བརྟེན་པར་བྱ་རྒྱུ་དེའང་གལ་
 ཆེ་བ་མཐོང་། མདོར་ན་ཐོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་གཏོགས་པའི་གན་དར་གཞོན་གསུམ་
 ལྷ་མེར་ཕོ་མོ་དབྱེར་མེད་ཀྱིས་མ་གྲོས་བསམ་པ་གཅིག་མཐུན་ཐོག། རིན་བྲལ་ཐོད་ཀྱི་ཆོས་
 དང་རིགས་གཞུང་ལ་སྦྱང་བཅོན་དང་གོ་རྟོགས་གང་ཟབ་སྟེལ་རྒྱུའི་ཐབས་ལ་འབད་བ་ལྟར་
 ལེན་དང་། གང་ཟག་སྒྲེར་ངོས་ནས་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡིན་མིན་རི་ལྟར་ཡང་། རང་
 རིགས་ལ་དགའ་ཞེན་དང་ནང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་གྱིས་སྤྲུག་པའི་ཐོད་མིའི་ལེགས་བྱང་
 དག། །འཇམ་གླིང་མིད་པའི་ཁྱོན་དུ་མདོན་པར་བྱས་ན་ད་གཞོད་ལ་གོང་ས་ལ་སྦྱབས་མགོན་ཆེན་
 པོ་མཆོག་གི་དགོངས་གཞི་དང་མཐུན་ཅིང་འཇམ་གླིང་ཞི་བདེའི་ས་བོན་བསྐྱུན་པར་བྱེད་པའི་
 མཛོ་སྒང་གི་མི་བྱ་ངོ་མ་དེ་ཡིན།



མི་རབས་གསར་བ་རྣམས་རྒྱལ་གཅེས་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེད་སྤང་ བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་དང་ལག་ལེན།

རིག་གནས་གསུམ་པ། གཟུངས་འདུས་སྤྱིད།

སྐྱོང་བཞེད།

དེ་ཡང་སྐད་ཅིག་མའི་ཐག་སྒྲ་དང་ལྷན་ཡལ་གྱི་ན་པའི་དུས་རབས་འདིར་མཆོ་བཞི་སྐྱོང་བདུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གོ་ལ་རྒྱུ་པོ་འདིའི་སྐྱེ་འགོ་ཀུན་གྱིས་ཆུ་ཅལ་གྱི་དུས་རབས་ཞེས་ཁོང་ཆོའི་སེམས་ཁམས་སུ་བཏབ་པའི་ལྟ་ཚུལ་ཞིག་ལ་རྒྱུ་བ་ཐམས་ཅད་འདོར་བྱ་དང་གསར་བ་ཡོད་ཆད་ལེན་བྱ་ཡིན་ཞེས་པའི་ལངས་སྤྱོད་ཀྱིས་འདིའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་མི་སྡེ་ཡི་འཆོ་གནས་ལ་ཕན་ཉུས་དང་དགོས་མཁོ་ཆེ་བཞིན་དང་ལྷན་པར་དུ་སངས་རྒྱལ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གིས་འཁྱེད་ཀྱི་གཅེས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོའི་བསམ་སྒྲུབ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་སྐོ་སྤྱོད་ཀྱིས་བརྒྱབ་སྤྲོད་པ་དང་། དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྤངས་འཛིན་ཐེབས་པ། ཆུ་ཅལ་རིག་པར་བཀག་འགོག་བྱས་ཡོད་ཚུལ་སྐྱོང་མཁན་ཆོག་ལ་དང་པོ་བཤད་པའི་ཁ་བདེ་ཞིག་གོ་ལ་རྒྱུ་པོ་ནས་མའི་དབྱིབས་གཟུགས་ཆགས་ཀྱང་མཐར་གཏུགས་ན་བྱ་དངོས་ཡོད་ཆད་ཕན་ཚུན་ལྟོས་གྲུབ་ཀྱི་སྐོ་ནས་གྲུབ་པའི་ལྟ་གྲུབ་ཀྱིས་སྐྱོང་བཞིན་པའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་གི་ཆོས་ཉིད་ལས་ནམ་ཡང་དུས་གསུམ་འདུལ་བྱུང་མེད་པ་བྱུང་བལྟས་ལེབ་མཐོང་དུ་འགྲོ་དུས་ང་ཆོས་ཅིས་ཀྱང་རང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་ཡུལ་སྐོལ་གོམས་གཤེས། ལྷན་སྐྱེས་དང་སྐོལ་རྒྱུ། བསམ་སྒྲུབ་འཁྱོད་ཤིང་ཤེས་དང་ལངས་སྤྱོད་ཀྱིས། གསར་བཏོད་དང་སྐྱེར་ཚུགས་སོགས་བརྒྱད་རིམ་འདི་དག་ལས་རྒྱལ་གཅེས་པ་སྐྱེད་སྤང་དང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཆོ་ཡང་འབྱོར་ལྷན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁ་ཟས་སུ་འགྱུར་དག་པ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པས་གྲུས་མོས་ཀྱང་རིག་གཞུང་དང་རིགས་རྒྱུད་ནི་དུས་གཏན་དུ་བྲལ་ཐབས་མེད་པ་སྐོ་སྐྱོང་མཆིན་གསུམ་སྐྱོང་འོག་བཞེ་ནས་སྐྱོང་རྒྱ་ཡིན།

དང་པོ། བོད་སྐད་ཡིག་གི་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་སྐྱོང་བ།

སྤྱིར་འཇམ་སྐྱོང་འདིར་འཆོ་བའི་མི་རིགས་གང་དང་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་མི་རིགས་སོ་སོའི་སྐད་དང་ཡི་གེ་གཉིས་དར་རྒྱུད་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་སྒྲུབ་མེད་རེད། གང་ལགས་ཤེ་ན་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ཤིག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེན་གྱི་འདས་དོན་དང་ཁུངས་ལྷན་ལོ་རྒྱུས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་མེད་དང་མ་འོངས་པར་དུས་ཡུན་ཅི་ཅམ་ཞིག་ལ་གནས་སྤོང་བྱུང་

པའི་གཞི་ཅ་སྒྱུ་པོ་དེ་ནི་སྐད་ཡིག་གི་ངོ་བོ་ལྟེང་དང་སྐད་ཡིག་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་གཞི་རྒྱ་ལས་
གསལ་ཁ་ཐྱེ་བྱལ། དེ་བས་ང་ཚོ་འོ་ཐོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཀྱང་བཟོད་ལམ་དེར་བརྒྱད་དགོས་པ་ནི་
ཐོག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་རེད་ལ། ད་ལྟོ་དུས་སྐབས་སུ་ཁྱེད་ཚོ་ཆེས་རྩ་བའི་དུས་དེར་ཉེན་འཕང་ཅན་
ཞིག་ཏུ་སྒྱུར་ཡོད་པ་ཞེས་ཡོན་པའི་སྡེ་ཆོས་གསལ་པོར་ཉོགས་ཡོད། དེ་བས་ཉེན་སྲོལ་གྱི་སྐབ་
པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡོད་དམ་ཞེན་ལོས་ཡོད་དེ། དེ་ནི་སྐད་དང་ཡི་གེའི་ཁྱེད་ལྷག་ཡིག་པོ་
ཞིག་བསྐྱར་རྒྱ་དེ་ཡིན་ལ་དེ་ལ་འདར་མེན་ཅི་རིགས་ཤིག་ཡོད་དེ་གཙོ་བོ་ནི་སྐད་ཡིག་སྤྱང་
སའི་ཁྱེད་ལྷག་དང་སྐད་ཡིག་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱེད་ལྷག་ཡིན་ལ་དེ་གཉིས་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བ་
ནི་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱེད་ལྷག་ཆད་ལྷན་ཞིག་དགོས་ངེས་རེད་ལ་དེ་ཡོད་ན་ད་གཞོན་སྐད་ཡིག་
འདི་ཆག་འཛིག་ལས་གྲོལ་བྱུང་བར་བསམ། སི་ཏུ་ལེན་གྱིས་མི་དམངས་ཁྱི་སྤོང་མང་པོས་མི་
རིགས་རང་གི་སྐད་ཡིག་དེ་ཉིད་ཐོད་སྤྱོད་བྱས་ན། ད་གཞོན་ཆབ་སྲིད་དང་དཔལ་འབྱོར་རིག་
གནས་གོང་སྤེལ་བཅས་ཀྱི་ཐད་ལ་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་འབྱུང་བྱུང་གི་རེད། ཅེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ཡིན་དུས་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་དར་རྒྱུད་ནི་སྐད་ཡིག་གི་རིན་ཐང་ལས་བྱུང་བ་ཤིས་ལྟར་ཡིན་
སྐབས་ང་ཚོ་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་སྲོག་ཅ་དང་སྐད་ཡིག་གི་རིན་ཐང་ལ་སྤྱད་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་
ཡིན་པས་རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་ལ་དོ་སྣང་དང་དར་རྒྱུད་ལ་འགན་འཁུན་བྱེད་དགོས་
པ་སོགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་གཙན་ཡོད་དུས་ང་ཚོ་ལ་ལྟོ་མེད་པའི་དབྱུང་རོགས་ཤིག་དང་བསྐྱེ་
མེད་པའི་མགོན་སྐབས་ཤིག་དགོས་པ་སྐད་དང་རིག་གཞུང་། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁྱེད་སྤྱོད་ལ་ཡིག་ཆ་
ལས་མདའ་མཚོན་གོ་ཆའི་ཅི་ལ་པན། ལོ་རྒྱུས་དང་ཁྱེད་སྤྱོད་ལ་ཡིག་ཆ་ལས་པོད་ཁ་བ་ཅན་
ཀྱི་མི་རིགས་འདི་དུས་ནས་ཞིག་ནས་བྱུང་ཡོད་མེད་དང་སྤྱོད་སྤེལ་ལྟར་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་
སྤྱོད་སྤེལ་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་རྣམ་དཔྱད་ལ་མ་བྱུང་བ་དང་ལྟ་སྦྱང་བཞིན་སྒྲན་པའི་སྤྱོད་
ཆེན་ཆོའི་སྤྱོད་ཀྱི་མཛད་ཇེས་དེ་དག་ང་ཚོ་འོ་ཐོད་ལྟེང་ལ་བསམ་གཞིག་འབར་མ་
ཞིག་གི་གཏམ་དུ་ཆགས། མ་ཟད་པོད་ཤི་གསོན་གཉིས་ཀྱི་འཐབ་རྩ་བཞིན་སྒྲན་གྱི་བཞིའི་
ཆོན་ཐག་བཅད་ནས་མགོན་མེད་བྱུང་ལ་ཉེས་རྒྱུང་བཅད་པ་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤེལ་བམ་མེ་ལ་
བསྤེགས་ནས་སྤྱོད་སྤེལ་པོད་པོད་སྲོག་ཅ་བཅད་པ་སོགས་ཀྱིས་ཞེ་སྤང་གི་འཁོན་སེམས་ཤིག་
མི་རབས་གསར་པའི་རྩམ་ལ་བཅུགས་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་ཡབ་མེས་ཚོའི་རྣམ་
དཔྱད་ཀྱིས་བསྐྱར་པའི་སྤྱང་ལྟེང་པོན་གསུམ་དང་། དྲུང་ཞེན་ལས་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་མགྱུར་ཐད་ག་
གིས་གོ་ལའི་སྤྱོད་གཙན་གི་ཁྱིམ་གཞི་དེ་རྩ། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཀ་བ་འཇུགས་པའི་མང་ཇོ་བཉིངས་
ཤིང་། བཅེ་སེམས་ཀྱི་མཚོ་མོ་བསྤྱོད་པའི་འདབ་ར་བསྐྱེན། ཆེས་ཐོག་མའི་འོད་སྤང་གི་ས་ཐོན་
དེ་དག་ལྟ་ཆོགས་གང་ཞིག་གི་ཞལ་གདམས་དང་ཁྱེད་པུན་མ་ཡིན་ལ། སྤྱོད་སྤེལ་སྤྱོད་མེད་
རྒྱུད་སྤྱོད་ཀྱི་རང་བྱུང་ལས་བརྗོད་པའི་དངོས་བྱུང་ཀྱང་གཏན་ནས་མིན། འདི་ནི་གཞོན་མའི་
མི་རིགས་འདིའི་སྤྱོད་སྤེལ་འཁྱེད་སྤེལ་ཤིང་དག་ལས་སྤྱོད་པའི་དབྱུངས་གསལ་སོ་བཞིའི་འབྱུར་
ཁུགས་ཀྱི་རང་སྤྱོད་འབའ་ཞིག་ལགས། ཞེས་པ་ལྟར་སྐད་དང་ཡི་གེ་ཡོད་ན་གནའ་བྱུང་གི་སྤྱོད་

མང་བཤམས་སྟོན་ཁང་དུ་བཞག་དུས་མ་ཡིན་ལ་དེ་ནི་རིན་ཐང་ལྷན་པའི་རིག་གནས་ཙམ་མ་
 ཟད་དངོས་ཡོད་རིག་གནས་ཀྱི་ཆང་གཞི་ཡང་ཡིན་ནོ། ཞེས་སྟོལ་རྒྱན་རིག་གནས་ལ་སྟོམ་
 ཆིག་བཞོད་པ་ལྟར་ང་ཆོས་ཀྱང་སྟོལ་རྒྱན་རིག་གནས་ལ་འབད་དུང་དུང་གིས་སྤྱང་བཙོན་བྱ་
 ཟུབ་པ་ཡིན་ན་ཅུ་ཆང་གི་སྟོང་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ལེགས་འབྱུང་དང་མི་རིགས་འདིའི་ངོ་བོ་ཡང་
 གནས་ལོག་ལ་བྱུང་བཟུལ་དུ་འགྲོ་ངེས་པ་ནི་ཤ་སྟག་རེད་ལ་མོད་ཀྱི་སྟོལ་རྒྱན་རིག་གནས་
 བྱུང་སྟེལ་བྱ་ཟུབ་པ་ཡིན་ན་མོད་ཀྱི་ནང་པའི་ཆོས་དང་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་མི་ཉམས་རྒྱན་
 འཛིན་དང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་ཡོད་པ་མ་ཟད་མིའི་རིགས་ཀྱི་གཤེས་ཀྱི་ལ་ལྟ་ལྟགས་མི་
 ཟུབ་པའི་སྟོམ་གཞི་ཞིག་དང་ཤི་གསོན་གཉིས་ཀྱི་འཐབ་རྩར་གྱུར་པའི་མོད་འདི་ལ་བདེན་པའི་
 རྒྱལ་ཁ་འཐོབ་ཆེད་དང་མོད་མི་རིགས་འདི་འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་གསུམ་ནས་གཟེངས་སུ་ཐོན་
 པའི་རམ་འདེགས་ཤིག་ཏུ་འགྱུར་བ་མ་ཟད་མོད་པས་འཛམ་གླིང་གི་རྟོག་འཛིང་ཞི་འཇགས་སུ་
 གཏོང་བར་རམ་འདེགས་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཡ་རབས། བཟང་སྟོང་། གཞན་པ་ཀླ། ལྷག་བསམ།
 འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ཀུན་སྟོང་གསར་པ་ཞིག་གིས་དངོས་ཤུགས་བརྒྱད་གསུམ་ཀྱི་སྟོན་མ་ཆ་
 དཔལ་རིག་གསུམ་ལ་ཁ་ལོ་སྤྱར་མཁན་ཀྱི་བྱེད་པོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བའང་གདོན་མི་ཟ།

གཉིས། དེང་རབས་རིག་གནས་ཀྱི་གསུམ་ཆག

སྤྱིར་གནའ་བོའི་རིག་གནས་ནི་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གཞི་བཞིན་དང་གསོན་ཉམས་ལྷན་པའི་
 དེང་རབས་རིག་གནས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡིན་དུས་དེང་རབས་རིག་གནས་ཀྱང་གནའ་རབས་རིག་
 གནས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ན་ཡང་མི་ཆོག་རྒྱ་མེད་ལ་རིག་པའི་གནས་བརྟུལ་
 སྟོང་མཁན་ཀྱི་མི་བྱ་སུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྟོལ་རྒྱན་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་གསར་སྤྱོད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་
 གཉིས་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་བཟུང་སྟེ་རྟོང་པ་ཐམས་ཅད་འདོར་བྱ་དང་གསར་པ་ཡོད་ཆད་
 ལེན་བྱ་ཡིན་བསམ་ན་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་གསུམ་ཆག་ཤོར་བ་ཐེ་ཆོས་
 སྟོང་། དཔེར་ན། ལྷ་ཆོས་སྤྱི་བའི་སྤྱ་ཆན་ཞིག་གིས་ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའི་ཁྲངས་ལུང་བྱངས་
 ན་ད་དུང་ཁོ་བོ་ཐུན་ནག་སྟོང་ན་འཕག་འཆག་སྟོང་རབས་བཤད་ནས་སེམས་ཀྱིས་འབྱུངས་
 སྟོན་པའི་ཆོས་རྒྱན་ཙམ་བཅད།

སྟོལ་རྒྱན་ཆན་པོས་ལུལ་སྟོལ་གོམས་གཤེས་མོད་ལ་བཏེགས་ཏེ་དད་སེམས་དམར་
 པོ་སྤྱང་ལ་འབྱུང་དུས་ཡི་གེ་བྱུག་པའི་བསྐྱེད་བྱེད་སྟོང་སྟོལ་རྒྱན་རིག་གནས་བག་ལ་ཞ
 དུས་ཀྱི་བྱ་མའི་གཤེས་སྟོང་དྲངས་པོ་ལུས་ཀྱི་སྟེག་ལ་འཐེམས་ཤིང་ཡ་རབས་བརྟེ་བཀྱར་
 སེམས་པས་བྱས་ནས་ཁ་བའི་སྤས་མོས་བྱེད་ལས་ངོམ་ན་རྗེས་ལུས་བག་འཁུམས་ལུགས་
 འདུག་ཟེར་ནས་གནའ་བོའི་གོམས་སྟོལ་རྒྱན་ཐག་གཏོར།
 གང་ལྟར་དུས་རབས་འདི་ཡོད་ཆད་ལ་འབྲས་ནས་ཐམས་ཅད་དོར་ནས་འདི་ལྟར་འདས་ན་ཅུ་

ཆང་གི་རྒྱལ་གཅེས་པ་ཆོ་དངངས་འདར་ལན་མང་རྒྱལ་དེས་པས་འདི་ནི་མི་རབས་གསར་
པར་རྒྱལ་གཅེས་པ་ཞིག་བཅོ་སྟུན་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲུབ་པ་ལྟར་ཆོས་པོ་ཞིག་ནི་ཅེ་ལ་མིན།
གསུམ་པ། ལོ་དགུའི་སྟོབ་གསོ་ལམ་ལུགས་དང་འགན་འཁུར་པའི་བསམ་སྒྲུབ་ལངས་སྟོན་གསུམ་

སྒྲིལ་བཤད་ནས་བཤད་ན་སྟོབ་གསོ་རིག་པ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་བཤད་
འདུགས་དང་བསམ་སྒྲུབ་འཆར་འོངས་ཀྱི་བཤད་ཐང་གང་ལེགས་ཡོང་བྱེད་ཀྱི་མཁའ་དབུགས་
དྲངས་མོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད་ལ་དེ་ཡང་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྟོབ་གསོ་རིག་པ་རྒྱན་འཛིན་བྱེད་
ཐབས་ནི་བསམ་སྒྲུབ་བཅོས་སྒྱུར་ཀྱི་ཐང་ལ་འཁོད་པར་འདོད་དེ་བསམ་སྒྲུབ་བཅོས་སྒྱུར་ནི་མི་བྱ་
ཞིག་གི་མི་ཆེད་ཁོང་གི་བཅོས་སྒྱུར་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན་པར་བརྟེན་བསམ་སྒྲུབ་ཕྱི་ཁོང་ལུག་
དང་ནང་མེས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་བཅས་ལ་སྒྱལ་ལུགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བས་མི་རིགས་ཀྱི་བསམ་
སྒྲུབ་ཁ་སྒྲུགས་ཀྱི་མང་གཞི་ནི་ལོ་དགུའི་སྟོབ་གསོ་ལམ་ལུགས་ལས་འདར་དགོས་པ་ལ་གཉིས་
ཉེ། གཅིག་ཤོས་ནི་གཞིས་ཁྱིམ་གྱི་པ་མའི་སྟོབ་གསོ་དང་གཞན་དེ་ནི་སྟོབ་བྱའི་དགེ་ཆུན་གྱི་
སྟོབ་གསོའི་ལམ་ལུགས་དེ་ཡིན། དེར་རབས་པོད་ཀྱི་སྟོབ་གསོ་སྟོབ་གཏན་རྒྱུ་བཟུང་བཞུག་འཛིན་
གིས་སྟོབ་གསོ་ནི་ཆང་དེས་ཅན་ཞིག་གི་ཐད་ནས་བཤད་ན་མི་གཤེས་སྟོབ་འདོན་གྱི་གོ་རིམ་
ཞིག་དང་གཤེས་རྒྱུ་སྟེད་སྤོང་གི་ཆེད་ལས་ཤིག་ཁྱད་པར་དུ་ཁྱིམ་གྱི་སྟོབ་གསོ་ཕུན་སུམ་
ཆོགས་པས་བྱས་པའི་མི་གཤེས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྟེད་སྤོང་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་
ལ་ཇེས་ལུས་ཀྱི་ཁྱིམ་གྱི་སྟོབ་གསོས་མི་གཤེས་ངན་པ་སྟུན་བཞིན་ཡོད། མི་སྟོབ་ཞིག་གི་ཡིན་
ཡང་མི་དེ་ནར་སོན་པའི་གོ་རིམ་ནི་ཁོ་ལ་མི་གཤེས་ཆགས་པའི་གོ་རིམ་ཡིན་པས། མི་གཤེས་
ཆགས་པའི་གོ་རིམ་གྱི་ཁོང་དུ་པ་མས་ཐག་གཅོད་རང་བཞིན་གྱི་ཤུན་ལུགས་ཐེབས་པ་རེད་
འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་ཀུན་གཟིགས་པ་ཆ་ཆེན་མཆོག་གིས་སྟོབ་བྱའི་ད་ལྟའི་
བསམ་སྒྲུབ་དང་། སྟོད་ཚུལ་དང་ཀུན་སྒྲོལ། བསམ་འདུན་བཅས་ནི་པོད་ཀྱི་འབྲུང་འབྲུར་གྱི་ཆབ་
ཡིན་པས། ད་ལྟ་ནས་བཟུང་ཁོ་ཆོར་གསོ་སྒྲོང་ཡག་པོ་བྱས་ན་མ་གཏོགས་པོད་ལ་རེ་བ་ཡོད་
པ་མ་རེད། ཅེས་གནའ་དེར་པོད་ཀྱི་མཁས་དབང་དང་ཉམས་ཞིབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་པར་
བརྟེན་ང་ཆོ་པ་མ་དང་དགེ་ཆུན་སྟོབ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་བྱས་པའི་བསམ་སྒྲུབ་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སེམས་
ཁུར་དང་འཛིན་སྒྲོང་གང་ལེགས་བྱ་རྒྱུ་ནི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད་གནའ་རབས་པོད་
ཀྱི་ཆགས་འཛིན་གི་གཏམ་རྒྱུད་སྤེད་ནས་ཞེ་འཁོན་ཞིག་དང་བག་ཆགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་འདུ་
ཤེས་ཤིག་ལ་རྒྱུད་ལ་བཟང་རྒྱུ་ནི་དེ་བས་གལ་ཆེན་པོ་རེད་པས་ཀྱི་འདུག་ལ་མི་བྱ་ཞིག་ལ་
ཆ་མཆོན་ནས་བཤད་ན་ལྟ་བུ་དང་ལངས་སྟོན་གསུམ། རྒྱལ་གཅེས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་སོགས་བརྟན་པོ་
མེད་པར་གྱུར་ཁའི་རྩ་ཐོན་བཞིན་ལྟགས་པས་ཁ་སྒྲུགས་གང་ལ་གཞུགས་ན་དེ་རུ་སྟོན་པ་འགྲོ་
བ་ཡིན་ན་མི་བྱ་དེ་བྱས་པའི་དུས་སུ་བསམ་སྒྲུབ་སྤྱི་མེད་པས་ལྟ་བུ་དང་ལངས་སྟོན་སོགས་
བརྟན་པོ་མེད་པ་དེ་མི་བྱ་དེའི་ནོར་འབྱུང་མ་ཡིན་པར་ཁྱིམ་གྱི་སྟོབ་གསོ་བཟང་ངན་ལས་བྱུང་
པའི་མཁུག་འབྲས་ཤིག་སྟུག་ཡིན་པས་པ་མས་རང་ཉིད་ནི་རང་གི་གཅེས་སྟུག་དག་གི་མ་འོངས་

པ་ལམ་སྟོན་དང་གསར་སྐྱེད་བྱེད་མཁན་གྱི་བྱེད་པོ་ཐོག་མ་ཡིན་བསམ་ནས་བྱིས་ཀྱི་སློབ་གསོ་ལ་གཅིག་སྡུག་ཆེན་བྱ་རྒྱུ་ནི་གལ་ཆེན་རེད་ལ་རང་བཞིན་གྱི་ཀྱན་སྦྱོང་དང་སློབ་གྲྭའི་སློབ་གསོ་ནི་ཀྱན་སྦྱོང་སློབ་གསོའི་བྱ་བ་ཆ་ལ་བཟུང་ནས་དགེ་ཆུན་ཆོས་སློབ་མ་ཆོར་རྒྱན་དུ་ལྷ་བ་དང་ལངས་ཕྱོགས། རྒྱལ་གཅེས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་ལྷན་དགོས་པའི་སློབ་གསོ་དང་སྟེ་ཁྱིད་ཡང་ཡང་བྱ་བ་ཆེ་མི་རབས་གསར་བ་རྒྱལ་གཅེས་པ་ཞིག་དུ་སྦྱོང་སྦྱོང་གི་བཅོ་བཏོད་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་མང་བཏིང་ཐུབ་པ་བསྟོན་དུ་མེད།

བཞི་པ། གཞི་རིམ་གྱི་སློབ་ཆུང་དང་ཐོད་སྐྱད་ཡིག་བཏོན་སྦྱོང་གི་སྦྱོང་ཆ།

སྤྱི་ཆོགས་འཆོ་བའི་ཁྱིད་ན་ཀྱན་སྦྱོང་དན་པའི་ཤན་ལྷགས་ཐད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་གང་མང་ཞིག་ཐོས་རྒྱུ་ཡོད་པ་ལྟར་ཐོད་གཞིས་བྱེས་གཉིས་ཀྱི་སྦྱང་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན་ཡང་གཞི་རིམ་སློབ་མའི་ཆེད་དེ་བ་མང་ཆེ་བ་རྒྱུ་ཡིག་དང་དབྱེན་ཡིག་གི་ཐོག་ནས་སློབ་ཁྱིད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དུས་ལོ་རྒྱུད་བྱིས་པ་དག་གི་རྒྱུད་ལ་བག་ཆགས་དན་པས་ཤན་ལྷགས་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་རྒྱུ་མཚན་གང་ལགས་ཤེ་ན་གཅིག་ལས་གཉིས་གལ་ཆེ་རུ་འཛིན་པ་ནི་མགོ་ནག་མའི་རིགས་པ་ལ་ཆེ་བའི་བསམ་སྒྲོའི་གཏོང་ཕྱོགས་རེད། མ་ཟད་དགེ་ཆུན་རྒྱལ་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱ་དབྱེན་གཉིས་གཅིག་སྡུག་སུ་འཛིན་བཞིན་པའི་ཤན་ལྷགས་དན་པས་སློབ་མ་ཆོར་ཐོད་ཡིག་སྦྱང་འདོད་མེད་པའི་བསམ་སྒྲོའི་འདུག་ཤེ་བྱུང་བ་རེད། བྱིས་བདག་ཆོས་ཀྱང་སོ་སོའི་བྱིས་པའི་མ་འོངས་པའི་མི་ཆེད་མདུན་ལམ་དང་བདེ་སྤང་གི་འཆོ་བ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་རྒྱ་དབྱེན་སྦྱང་པའི་སློབ་གྲྭར་བསྐྱལ་བ་ནི་ར་ཆོ་དང་ཏ་ཅང་ཐག་ཉེ་བའི་ཐོད་གཞིས་བྱེས་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་རེད། འདི་ལས་ར་ཆོས་ཤེས་ཐུབ་པ་ནི་མི་འདི་དག་གིས་མི་རིགས་རང་གི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་ལ་བཟུང་བའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ལྷ་སྦྱངས་དང་བསམ་སྒྲོའི་འཛིན་ཕྱོགས་ཤིག་མཐོང་ཡོང་ལ་ལྷག་པར་དུ་བྱིས་བདག་དང་སློབ་མ་གཉིས་ཀྱི་གཅིག་མཐུན་གྱི་ལྷ་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཐོད་ཡིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱ་བ་མང་པོ་ཞིག་སྐྱབ་མི་ཐུབ་པ་མ་ཟད་ཁ་ལག་ཀྱང་རག་དཀའ་བར་བཤད། ད་དུང་ཐོད་ཡིག་གིས་ཁ་འདོན་དགེ་སྦྱོར་ཙམ་ལས་ཅི་ཡང་མི་ཉན་པའི་ལྷགས་རྒྱུན་ཞིག་སྦྱང་ལ་ཟུག་འདུག་པ་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་ངོས་ཐད་ནས་སྦྱང་ན་མི་འདི་དག་ནི་ཉེས་ཅན་པ་ཆོབས་ཆེན་དག་རེད་ལ། ཡང་དགེ་ཆུན་ཁག་ཅིག་གིས་སློབ་མ་ཆོར་རྒྱན་དུ་ཐོད་ཡིག་སྦྱང་དགོས་པའི་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་སྦྱང་ན་ཡང་རང་རང་གི་བྱ་དང་བྱ་མ་ཆོ་ཐོད་ཡིག་གི་སློབ་གྲྭར་སྐྱལ་མཁན་ནི་མ་ཉིད་གི་བྱ་བཞིན་ཡིན་པ་དང་། འདི་དག་གི་རྒྱལ་སྦྱངས་ལ་བྱིར་མིག་གིས་ཐེངས་གཅིག་བལྟས་ནས་དན་པའི་གཞུ་མོ་ནང་དུ་བཀྱགས་ཆེ་ཁོང་ལྷག་གི་སྟོན་ལྷགས་ཐེབས་པ་ཤིང་ལྷག་རེད། གང་ལགས་ཤེ་ན་ཐོད་རང་གི་སྤྱི་ཆོགས་འཆོ་བའི་ཁྱིད་ན་འང་ཐོད་ཡིག་བཏོན་སྦྱོང་མེད་པར་རྒྱ་དབྱེན་གཉིས་རྒྱགས་ཆེ་དུས་མི་རིགས་

རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་དྲུང་ཞེན་དང་རྒྱལ་གཅེས་རིང་ལུགས་ཀྱི་སེམས་དཔལ་དེ་དག་གིས་སྤང་
 ལམ་ནས་གསང་སྟོང་མི་ཉེད་པའི་ཆོད་རེད་ལ། མ་ཟད་བོད་ཡིག་གི་སྟོབ་བྱ་ཆེན་མོ་མཐར་
 ཐུན་པའི་སྟོབ་མ་ཆོ་ལ་ལས་གནས་མེད་པའི་ཁར་མཐོང་རྒྱུ་དང་དཔལ་འབྱེས་བྱས་ནས་
 ཁོར་ལུག་གིས་སེམས་པ་བྱུ་དོག་པོ་བཟོ་བཞིན་ཡོད་ལ་བསམ་སྟོང་ལ་བཅན་འཇུག་གེད་ཀྱིན་
 འདུག གང་ལྟར་བོད་སྐད་ཡིག་གི་བཀོལ་སྟོང་གི་སྟོང་ཆ་ལས་པ་མ་དང་དགེ་ཆེན་སྟོབ་བྱུག་
 ཡོངས་ལ་དཀའ་ངལ་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་དུས་སྤྱི་ཚོགས་སྤེལ་བའི་དང་འགན་འཁུལ་
 འཛིན་སྟོང་དག་གིས་གཞི་རིམ་སྟོབ་མའི་སྟོབ་ཆེན་བོད་སྐད་ཡིག་རང་ཐོག་ནས་ཁྱིམ་རྒྱ་དང་
 ལས་ཁུངས་མ་ལག་དག་གིས་ཀྱང་བོད་སྐད་ཡིག་རང་བཀོལ་སྟོང་བྱས་པ་ཡིན་ན་རྒྱལ་གཅེས་
 པ་མང་པོ་ཞིག་སྟེང་སྤྱི་བྱ་བྱ་བ་པ་ཉན་ཉན་རེད། མདོར་བསྟུན་ནས་བཤད་ན་མི་རྒྱ་ལེན་གྱིས་
 མི་རིགས་ཤིག་ལུན་རིང་གནས་པ་ལ་མཐུན་རྒྱུ་བཞི་བཤད་ཡོད་པ་དེའི་ནང་དུ་གཙོ་བོ་མི་
 རིགས་ཀྱི་སྐད་དང་ཡི་གེ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པོ་ཆེ་ལ་ནན་ཉན་གྱིས་གསུངས་པ་བཞིན་མི་བྱ་ཞིག་
 རྒྱལ་གཅེས་པ་ཞིག་ཏུ་གསར་སྐྱེན་བྱ་དགོས་ན་གྱིས་པའི་ལང་ཆའི་འབྲེལ་རིམ་བཞིན་པ་མའི་
 སྟོབ་གསོ་ནས་ལོ་དགུའི་སྟོབ་གསོ་ལས་ལུགས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྱོད་མི་རིགས་རང་གི་སྐད་
 ཡིག་དང་རིག་གཞུང་གི་རིན་ཐང་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོབ་གསོ་བཏང་ནས་ རྟེན་སེམས་ཅན་ནས་
 སྤྱི་སེམས་ཅན་ཞིག་ཏུ་གསོ་སྟོང་བྱ་རྒྱུ་དང་རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་དྲུང་ཞེན་ཡོད་པ་གསོ་སྟོང་
 བྱ་རྒྱུ་ནི་རྒྱལ་གཅེས་པ་གསར་སྐྱེན་གྱི་པའི་ཐོག་མའི་མང་གཞི་དང་ཆེས་གཤམ་ཆེ་བའི་འགན་
 འཁུལ་ཞིག་ཀྱང་རེད།

ལྷ་བ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་དབྱེན་བོད་སྐད་ཡིག་གཉིས་ལ་བཅངས་པའི་འདུ་ཤེས་དོ་མ་མཉམ་ལ།

དེར་གི་དུས་དང་ལོ་རྒྱུད་བར་རིམ་གྱི་ཁྱོད་ན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རོ་བོ་དང་མི་རབས་འདིའི་བསམ་
 སྟོན་ མཆོ་མོ་རུ་འབྲེལ་བཞིན་པའི་ལྷ་བ་དང་ལངས་སྟོགས་ཆུད་དེ་ཁ་ཁ་རེད། ལ་ལས་བོད་སྐད་
 ཡིག་ལ་དོ་སྣང་ཡོང་ཆེད་དུ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ལམ་ནས་སྟོག་ཐུང་གི་མ་ལག་ཆ་ཆང་བཟོ་
 སྟེན་བྱ་ཐབས་གྱེད་བཞིན་མ་དུལ་རིགས་སྟོར་གྱི་སྤྱི་ན་བདག་དག་ལ་དད་སེམས་གསོན་པོ་
 སྤྱིང་ལ་འབྱུང་མེད་ཀྱང་འཇུག་མ་མདངས་བཅོས་མའི་ལན་གསུམ་དད་ནས་བོད་སྐད་ཡིག་གི་སྟོབ་
 མེད་རིན་ཐང་སྟེང་གི་འདུག ཡང་སྟོར་ཞིག་གིས་བོད་ཡིག་ལ་སྟོང་སྟོང་རྒྱུ་དང་བོད་བོད་ཀྱི་སྐད་
 ཡིག་དང་རིག་གཞུང་གི་ཁོར་ལུག་ལ་གཞོན་ལུགས་དང་ཆབ་དཔལ་རིག་གསུམ་ལ་རྗེས་ལུས་
 ཀྱི་བཤུལ་ལམ་གསལ་བར་བཤད། མ་ཟད་དྲུང་དགེ་ཆེན་དང་ལས་གྱེད་ཅེས་རོ་བོ་ལོགས་
 སུ་དགར་བ་དང་དགེ་ཆེན་ལས་བོད་དགེ་དང་དབྱེན་དགེ་གདེང་མཛོག་གི་ཆོད་ལ་མཐོང་ཐམས་
 མང་ཅུང་གི་གྲངས་ཆད་ཀྱི་ཉེ་བཤམ་ཤིན་ཏུ་མཐུག་པས། གྱིས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྟོབ་ལུག་ཆོས་
 ཀྱང་དབྱེན་དགེ་ནི་ཤེས་ཡོན་གྱིས་སྟུག་པའི་སྤྱི་བྱ་དཔལ་པ་ཞིག་གི་རོ་བོ་འཛིན་པ་འདི་ལས་

ཁོར་ཡུག་གིས་བསྐྱེད་པའི་བག་ཆགས་ངན་པ་ཞིག་མི་རབས་གསར་པའི་གཅེས་སྤྱད་ཆོའི་
 བསམ་སྒྲོལ་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་ཡོད་པ་རེད། འདིའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ནི་གཞི་དུ་གསལ་བྱེད་པ་
 རེད་ལ་ལྟག་པར་དུ་སློབ་གྲུའི་ཁོར་ཡུག་དང་བོད་དེའི་གཉིས་ཀྱི་དགེ་ཆུང་ཆོའི་བསམ་སྒྲོའི་
 འདུ་ཤེས་ལས་ཀྱང་བོད་སྐད་ཡིག་གི་རིན་ཐང་ལ་རྟོག་རྟེན་ཐེབས་ཀྱི་འདུག་པ་ནི་མིག་མཐོང་
 ལག་ཟེན་རེད། གང་ཡིན་ཞེན་པོད་དགེ་ཆོས་སྐད་ཡིག་གཉིས་ལ་སྤྱད་རྒྱ་གལ་ཆེ་བ་དང་བོད་
 ཡིག་གི་མང་གཞིའི་སྤྱོད་ནས་དེའི་ཡིག་ལ་སྤྱད་བཅོམ་བྱ་སྤྱོད་ཆེ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་
 ཞིག་ཏུ་འདོད་པས་འབད་འབྱུངས་བྱ་དགོས་ཚུལ་བཞིན་ལ། དེའི་དགེ་ཆོས་དེ་ལས་ལྟོག་སྤྱོད་
 དེའི་ཡིག་མི་སྤྱད་བ་དང་མི་ཤེས་པ། བོད་རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་དུང་ཞེན་ཡོད་མཁན་ཆོལ་
 དམའ་འབེབས་དང་ལྟ་ཚུལ་ངན་པ་བཟུང་ནས་སློབ་གསོའི་ལམ་དུ་ཞུགས་ཀྱི་ཡོད་པས་གཞོན་
 གྲུས་ཆོའི་བྱུངས་ཐག་ལ་རིམ་གྱིས་བྱགས་རྒྱན་ངན་པ་ལོས་ཐེབས། བསམ་སྒྲོལ་ལྟ་བུ་འདི་
 དག་ལས་བོད་མི་རིགས་ལ་གསལ་ཆག་དང་འབྲས་ཤོར་ཉན་ཉན་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ཟེར་
 སློབ་ལ། ཡག་པོ་བསྐྱབ་ན་མི་ཤེས། ངན་པ་བསྐྱབ་ན་ཤེས། ཞེས་པ་ལྟར་བཟང་ལམ་ལ་འབྲིང་
 ཐག་ལ། ངན་ལམ་དུ་ཁྱིད་སྒྲིབ་སྤྱད་ཀྱི་གཅེས་པ་སྤྱོད་སྤྱོད་གི་འབྲང་ལམ་དོག་པོ་བཅོས་སོང་།
 གྲུང་ཐང་བསྐྱེད་པའི་སློབ་མེ་མཆོག་གིས་སྐད་ཡིག་ཐམས་ཅད་ཤེས་ན་བཟང་མོད་ཀྱང་། རང་
 གི་སྐད་སྐད་བཞིན་པོ་ཆ་ཡིན། ཞེས་པའི་གསུང་ཆོག་ལྟར་ང་ཆོས་བསམ་སྒྲོའི་འདུ་ཤེས་སུ་
 བསྐྱེད་ནས་གནང་དེང་རིག་གནས་གཉིས་ལ་སྤྱད་ཞོར་སློབ་གསོའི་ལམ་ཁ་བཟང་པོ་ཞིག་རྒྱང་
 དུ་བསྐང་སྤྱོད་ཆེ་དེས་བོད་དེའི་ཀྱི་ཉེ་བལ་གི་མཐོང་སྤྱད་གཙུག་ཉེ་རྒྱལ་གཅེས་པ་སྤྱོད་སྤྱོད་
 གི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་བསྐྱེད་དུ་མེད།

དུག་པ། མཐུག་གི་གཏམ།

མི་བྱ་ཞིག་འཆར་ལོངས་བྱུང་བར་དེའི་ཁོར་ཡུག་ནི་སློབ་དཔུགས་བཞེ་སའི་བར་སྤྱད་དང་
 གཅེས་མཚུངས་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན་དུས་ང་ཆོས་ཅི་ནས་ཀྱང་སྐད་ཡིག་ལ་མཐོང་ཆེན་དང་
 སློལ་རྒྱན་གྱི་གལ་ཆེའི་གནད་འགག་སྤོང་ཞོར་སློབ་གསོ་ལམ་ལུགས་ལ་དངོས་སྤྱོད་དང་
 བོད་དེའི་རྒྱ་གསུམ་ལ་སྤྱོད་པའི་རིས་ཀྱིས་མིག་བྱུང་མི་བཟང་ཀྱང་སྤྱོད་པའི་ཞེན་གྱི་ཀྱན་སྤྱོད་
 འཛིན་རྒྱ་ནི་འཆར་གི་གཅེས་སྤྱོད་ཆོའི་ལས་འགན་རེད་ལགས། མ་ཟད་འགན་འཁུལ་བ་དག་
 གི་བཞོན་འདོམས་ཞིག་ཏུ་གྱུར་སྤྱོད་པ་དུ་གཞན་བོད་པའི་ཁོར་ཡུག་འདི་ལ་འགྱུར་བའི་ས་ཚན་
 ཞིག་ཐེབས་པའི་ཡིན། ངའི་སྤྱོད་ཉེ་བའི་རིགས་མཐུན་ཆོ། སློབ་མ་ཤེས་ཡོན་ཅན་དང་སློབ་མ་
 ཀྱན་སྤྱོད་ཅན། སློབ་མ་འཛིན་ཐང་ཅན་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལ་བོད་སྐད་ཡིག་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་
 ཡིན་པར་ཁོ་མོས་སྤོང་གིན་མེད་ལ་སློབས་ལའང་མི་འདུག་ཡིན་ན་འང་ང་ཆོས་རྒྱལ་གཅེས་པ་
 ཞིག་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་ན་བོད་སྐད་ཡིག་གི་མངར་ཁ་ལས་འཆར་ལོངས་བྱུང་དགོས་

པ་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་བཟོད་ལམ་ཞིག་གང་ལྟར་མི་རིགས་མི་རིགས་ཅེས་པ་སྐད་དང་
ཡི་གེ་ཐུག་ཡོད་དུས་མི་རིགས་འདི་འཆི་ལ་ཉེ་བའི་དུས་རབས་གསར་པའི་དྲུག་མཆོམས་
ནས་ང་ཚོས་རྒྱལ་གཅེས་པ་སྤྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་དགོས་ན་འཆི་ཉེན་ནས་ལག་ཆ་ལ་བོད་སྐད་ཡིག་
རང་བཞོལ་བ་ཡིན་ན་མི་རིགས་འདི་འོད་སྟོང་ལྡན་པའི་མདུན་ལམ་གསར་པ་ཞིག་རྒྱུ་དུ་
བསྐྱེད་པ་སྤོས་མ་དགོས་སོ། །

རྒྱ་དར་གྱི་སྐོར་

བསྟན་འཛིན་བཟླ་ཤིས། རིག་གནས་གཉིས་པ།

སྤྱི་ལོ་ལྔ་པའི་གཏམ།

སྤྱི་ལོ་བསྐྱེད་པ་ལ་ཐོག་ཉེ་སའི་གོ་ལ་རྒྱུ་གཟུགས་འདི་ཆགས་ནས་འབྲོ་བ་མི་རྣམས་
རིམ་བཤུར་དང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་ཡུལ་གྱི་བབ་དང་བསྟན་ནས་འབྱུར་འབྲོས་དང་འཕེལ་
རིམ་ཁྲོད་ནས་རང་ཁ་རང་གསོ་ཡི་གནས་བབ་འོག་རིམ་བཤུར་རིག་ཅལ་ཁྲོད་དུ་བྱེན་ནས་འཆོ་
གནས་སུ་རང་བྱུང་ཁམས་དང་འཐབ་ཅོད་ཀྱིས་རང་འཆོ་རང་སྤྱོད་ཐོག་དཔལ་འབྱོར་འདད་
ལྷག་ཡོད་པའི་དུས་སྐབས་ནས་བཟུང་། མི་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་མེས་ཆེ་རུ་བྱེན་པས་རང་ཉིད་སོ་
སོ་གནས་སའི་ཉེ་དུམ་རུས་རྒྱུད་ཅེས་རང་སྤྱོད་དང་གཞན་སྤྱོད་ཞེས་འབྲོ་བ་མིའི་དབར་གྱི་དབྱེ་
འབྱེད་ཀྱི་ལུགས་སྒྲིལ་དར་ཏེ། རུས་རྒྱུད་སྤྱི་ཚོགས་དང་། བཅོམ་གཡོག་སྤྱི་ཚོགས། བཀས་
བཞོད་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས། དབང་རྒྱུར་གྲལ་རིམ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་གྲུབ་ནས་རང་
ཉིད་སོ་སོའི་རུས་རྒྱུད་ཆོ་བ་གང་ཡིན་པ་དེའི་མཆོན་དོན་དངོས་པོ་རང་ག་བརྗོད་བཤམ། ཤིང་
ལ་རྟགས་ཁྱད་པར་བ་རེ་བཞེས་ཏེ་མི་རབས་ནས་མི་ཐོག་གི་བར་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་རྒྱུ་ལོ་མས་
གཤེས་ཆགས། མཆོན་རྟགས་རེ་བྱུང་གི་སྤྱོད་དུ་ཚོགས་སྤྱོད་དང་ཚོགས་སྤྱོད་དབར་འབྲུག་ཅོད་
ལངས་ཏེ་དོན་མེད་མིའི་ཆེ་སྤྱོད་ལ་གཞོན་འཆེ་ཆེན་པོ་ཐེབས་སྤྱོད། དེ་ལྟར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
འཕེལ་རིམ་བརྒྱུད་ནས་དབང་རྒྱུར་གྲལ་རིམ་གྱི་སྤྱོད་པ་ལུགས་ཆེ་རུ་བྱེན་པ་དང་ཆབས་ཅིག་
སྤྱི་ཚོགས་གང་དེའི་གོམས་པའི་གཤེས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་རེ་བྱུང་ནས་རིག་གཞུང་དང་། ལས་

ཚལ་གྱི་ཐོན་སྐྱོད་རྒྱས་ཤུགས་གོང་མཐོར་བྱིན་པས་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱང་ཁད་གིས་
 བསྐྱེད་པས། དེའི་འགོག་སྤང་གི་སྤང་དུ་དཔག་སྡེ་ཞེས་བྱེ་རོལ་དག་པོའི་ཚོལ་རྒྱུང་ལ་གདོང་ལེན་
 པ་བཅུགས། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐྱེགས་བཅའ་ཁྲིམས་གསལ་བ་ལྟར་རྒྱས་རྒྱུད་ཚོ་པ་རྣམས་གཅིག་
 འོག་གཅིག་གིས་མ་འདྲ་བར་གཡུལ་འགྱུར་གྱི་འཐབ་འཁྲུག་རྒྱུན་རིང་ཁྲིམས་ལྷན་པས་ཤུགས་ཆེ་
 བས་རྒྱུང་བ་དབང་རྒྱུར་བྱས་ནས་རྒྱལ་ཁ་སྤངས་ཏེ། རྒྱུང་གྲུང་དཔལ་མཛུངས་ལྡན་པའི་མིར་
 རྗེ་པོར་ཞེས་བཀྱར་ནས་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་བྱུང་། དེས་དབང་རྒྱུར་བྱས་པའི་སྤྱི་འཛིན་
 གྱི་ཁྱབ་ཚད་དེར་རྒྱལ་ཁབ་ཟེར་ཞིང་། དེའི་རྣམ་པའམ་ངོ་པོར་མཚོན་རྒྱས་པའི་རས་བྱ་བཞི་
 རན་མོའི་ངོགས་སུ་མཚོན་ཏྲགས་ཚོན་མདོག་གིས་བརྒྱན་པའམ། ཡང་ན་སྐར་མ་དང་། ཉི་མ།
 རྒྱ་བ་སོགས་གཟུགས་བརྟན་འདྲ་མིན་དེ་བཀོལ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གང་དེ་མཚོན་པར་བྱེད་པའི་
 རྒྱལ་དར་ཞེས་པ་དེ་བྱུང་། དེ་ལྟར་འདར་ཆའི་རིགས་ཡོད་ཚད་ཚང་མ་རྒྱལ་དར་གྱི་ཁྲིངས་
 སུ་མི་གཏོགས་མོད། མཚོན་ཏྲགས་ཤིག་ཡིན་པ་ནི་སྒྲོས་གཤམ་དགོས། དཔེར་ན། དཔག་དར།
 བྱ་དར། ཚེས་དར་སོགས་གནའ་ནས་ད་བར་རྒྱན་སྒྲོལ་དེ་གནས་ཡོད་ཅིང་། དེར་གི་དུས་
 སུའང་རྒྱལ་སྤྱིའི་དར་ཆ་སྟེ། ཞི་བདེ་མཚོན་བྱེད་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་དར་ཆ་དང་།
 ལུས་ཅིང་འགྲན་ཚོགས་ཀྱི་དར་ཆ་སོགས་ཡོད། མང་གཙོ་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་ནང་སྤྱི་ཚོན་
 དང་། སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཙོ། སྤྱི་འཐུས་ལས་ཚོགས་པ་སོ་སོའི་གནས་རིམ་དང་ཆབ་སྤྱི་
 ཚོགས་པ་གང་གི་ཁྲིངས་གཏོགས་ཡིན་མིན་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་དར་ཆ་ཡོད་ལ། མངའ་སྡེ་སོ་སོའི་
 ཁྱད་པར་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་དར་ཆ་འདྲ་ཡོད། འཛར་མེན་ནང་གི་མངའ་སྡེའི་ལམ་ལུགས་ལྟར་ཡིན་
 ན་རྒྱལ་ཡོངས་གྲོས་ཚོགས་མ་ཚུགས་བར་མངའ་སྡེ་སོ་སོའི་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་གསུམ་དབང་
 ཚད་ཆ་ཚང་མངའ་སྡེ་གང་དེའི་སྡེ་དཔོན་དེ་ལ་ཡོད་ཅིང་། རྒྱལ་དར་ལས་ལོགས་སུ་རྒྱན་ལྡན་
 མངའ་སྡེའི་དར་ཆ་དར་སྟོག་གི་ཅེར་སྤྱོད་གིན་ཡོད། གང་ལྟར་དར་ཆ་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་འགྲོ་
 པ་མིའི་ལུགས་སྒྲོལ་དང་ལངས་ཕྱོགས་ཤིག་མཚོན་པར་བྱེད་བྱུང་གྱི་ཡོད་མོད། དེ་དག་གི་
 རིན་ཐང་ཁྱད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས། ངས་སྤྱོད་འདོད་པ་དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ངོ་པོ་གསེན་པོ་མཚོན་
 བྱེད་སྤྱིར་བཏང་རྒྱལ་དར་གྱི་སྐྱོར་ལཱོ།

རྒྱལ་དར་གྱི་བྱུང་རབས་སྐྱོང་བ།

སྤྱིར་བཏང་འཛམ་བུ་སྤྱིར་གྱི་གདོད་མའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དུས་སྐབས་སུ་རྒྱལ་དར་ཞེས་
 རྒྱལ་ཁབ་གང་དེའི་རྣམ་པར་མཚོན་བྱེད་ཅིག་དང་། མི་མང་གིས་གདོང་འཛིག་ཚད་མཐོན་པོར་
 བཞག་སའི་དངོས་པོ་རིན་ཐང་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བ་པོ་སུས་ཀྱང་ཁ་ཚོན་གཙོད་
 དཀའ་འདུག་ན། བདག་ལྟ་བུ་བྱེས་སྒྲོ་ཅན་ཞིག་གིས་འདི་ཡིན་དེ་མིན་གྱི་དངོས་ལུགས་ཤིག་
 འདྲ་བའོ།

རི་ལྷོ་འཆད་ཀྱིས། འོན་ཀྱང་། འཛམ་གླིང་དར་ཆ་འཕེལ་རིམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལས། དར་ཆ་ཞེས་
 བ་དེ་བྱང་ནས་མི་ལོ་བཞི་སྟོང་ལྷག་ཕྱིན་འདུག་ཅེས་དང་། གཤོད་མའི་དུས་སྐབས་ཀྱི་དར་ཆ་
 ལ་ < <Vexilloids> > ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་གྲགས་ཡོད། དེའི་དོན་སྙིང་ནི་སྒྲིབ་ཤིང་པའི་
 མཚོན་ཉག་ས་སྤྱོད་གོ་དགོས་པ་དང་། བཟོ་ལྷ་ལྷགས་སམ་ཤིང་ལས་བྱས་པའི་དར་ལྗོངས་གི་ཆེ་
 མོར་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཚོན་ཉག་ས་ཤིང་བཞོས་ཏེ་བསྐྱངས་ཡོད། ལྷགས་ཀྱི་དར་ལྗོངས་གི་
 ཆེར་ཐུན་མིན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་བཞོས་པའི་དར་ཆ་ནི་ཨེ་རན་ལོ་ངོ་སུམ་སྟོང་ B.C གི་སྟོན་ནས་
 བཞོལ་སྟོང་བྱས་པ་ཡོངས་གྲགས་ལྟར། དེ་ལྷོ་བྱང་ཡོད་པའི་དབང་ཉག་ས་གཤོད་མའི་སྡེ་
 རེས་སའི་ལྷགས་ཀྱི་ཁམ་ཀ་དང་། ཨེ་རི་བ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བང་སོ་རྩ་རིང་གི་ལོགས་སུ་བཞོས་
 པའི་དར་ཆའི་གཟུགས་བརྙན་ལས་གསལ་པོ་ཤིས་ཐུབ། ལོ་ངོ་གཉིས་སྟོང་ལྷག་གི་སྟོན་ནས་
 རིམ་བས་མི་རྒྱུས་ཀྱིས་ཟེ་གོ་སི་ལོ་ཡེ་འཕམ་དར་ཆ་ལ་རྒྱ་ཆ་འབྲུ་མིན་རས་དང་། དར་གོས་
 ཀྱིས་སྤྱས་ཏེ་དེང་སང་སྟོང་བཞིན་པའི་དར་ཆ་དང་འབྲུ་བ་བྱང་ནས། རིམ་བས་རས་ལས་བྱས་
 པའི་དར་ཆ་སྟོང་པའི་ལྷགས་སོལ་དུ་སྒྱུར། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ངོ་བོ་མཚོན་པར་བྱེད་པའི་རས་ཀྱི་
 དར་ཆ་ཉིང་ཤོས་ད་ལྷོ་སྟོང་བཞིན་པ་ < <Denmark's Dannebrog> > ཞེས་
 པའི་རྒྱལ་དར་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་སྐབས་སུ་བྱང་བའི་དར་ཆ་
 ཞིག་ཡིན་འདུག་དེའི་ལྷགས་རྒྱུན་ལས་རྒྱབ་སྟོན་པ་རྒྱལ་ཁབ་འགའ་ཤིས་ཀྱིས་རྒྱ་གམ་ཉག་ས་
 ཅན་གྱི་རྒྱལ་དར་གསར་བཟོ་བྱས་འདུག་ ཐོག་མར་རྒྱལ་དར་གྱི་ངོགས་སུ་མཚོན་བྱེད་འབྲུག་
 དང་། རྒྱ་བྱང་། སེ་རྒྱེ་སོགས་བཞི་དུ་ཉམས་ལྷན་པའི་སྟོན་ཆགས་ཀྱི་གཟུགས་བརྙན་གིས་ཏེ་
 བཞོལ་སྟོང་བྱས་ཡོད་མོད། རིམ་བས་སྟེ་ཆོགས་ཀྱི་ལམ་ལྷགས་ཆགས་ཚུད་དུ་ཕྱིན་པ་དང་
 དུས་མཚུངས་རྒྱལ་ཁབ་པན་ཚུན་འགྲོ་འོང་གི་བརྒྱུད་ལམ་བཅུགས་ནས་རྒྱལ་དར་ཡང་སྟེ་
 ཆོགས་ཀྱི་ལམ་ལྷགས་དང་མཐུན་པའི་མཚོན་ཉག་ས་ཅན་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར་ཡོད། དཔེར་ན་སུའུ་
 ཡིན་གྱི་རྒྱལ་དར་ནི་ཁོ་རང་ཆོའི་སྟེ་ཆོགས་རིང་ལྷགས་ལམ་སོལ་གྱི་ངོ་བོ་གཞིར་བཟུང་གི་
 ཐོག་ནས་གཞི་དམར་པོའི་ལོགས་སུ་མཚོན་བྱེད་ཐོ་བ་དང་ཐོར་བ་ལག་ཆ་ལས་བྱས་པ་ཞིག་
 རེད། དེའི་ལྷགས་རྒྱུན་ལས་གྲུང་ཁན་དམར་པོའི་སྟེ་ཆོགས་ལམ་ལྷགས་ཡོད་ས་ཤིང་འཇར་
 མན་དང་། རྒྱ་ནག་ མི་ཏེ་ནེ་ལ། ཨ་ཏེ་ལི་ལྷ་ནེ་སི་ཏེ་བཅས་ཀྱི་ནང་དུ་འདྲེ་བཞིན་ཡིན། དེ་
 བཞིན་ང་ཆོའི་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཤོད་མའི་དུས་རབས་སུ་དར་ཆ་ཅི་འབྲུ་ཞིག་བཞོལ་སྟོང་
 བྱས་ཡོད་མིན་གྱི་དཔྱད་གཞི་ཡིག་ཆ་ལྷག་ཟེན་མ་བྱུང་བས་ཁ་ཚོན་གཙོད་མ་སྟོབས་ཀྱང་།
 རྒྱལ་པོ་སྲོང་བཙན་སྐམ་པོས་བོད་ཡོངས་གཅིག་ཏུ་དབང་སྒྱུར་བྱས་དུས་ཆབ་དཔལ་རིག་
 གསུམ་གྱི་སྟོབས་ལྷགས་གཞན་བྱིང་མི་འཛིག་པ་བྱུང་བ་དང་མཉམ་དུ་གྲོད་ཀྱི་སྟོང་སྟེ་དུག་ཅ་
 ཅ་གཅིག་ཏུ་བྱེན་ས་ཅུ་སྟེའི་དམག་དཔྱད་སོ་སོའི་མཚོན་ཉག་ས་སུ་དར་དར་དཀར་སྟེང་
 ནག་སོགས་རས་ལས་བྱས་པའི་དར་ཆ་འབྲུ་མིན་བྱང་ཡོད་མོད། ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྲོང་ལྷུ་

བཅན་གྱི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་དཔལ་གྱི་རུ་དར་ནི་འཇང་ཡུལ་མ་དང་། འཇང་
འདྲ་མ་ཞུ་གཉིས་ཡོད་ཆོད་འདུག བྱིས་སུ་དཔལ་ལྡན་ས་སྐྱེ་བ་དང་། བཀ་གྲ། རིན་གཙང་
ནམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་རུ་དར་ཁྱད་པར་བ་རེ་བཀོལ་ཡོད་པར་སྒྲིམ་མ་དགོས་ན་འདྲ། དབྱིབས་
དང་ཁ་དོག་ཇི་འདྲ་ཅན་ཞིག་བཀོལ་ཡོད་པའི་གསལ་ཁ་གང་ཡང་མ་མཛོད། གང་ལྟར་བོད་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོ་བོ་མཆོན་བྱེད་རྒྱལ་དར་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་ཞིག་བྱུང་མིན་ཆ་མ་འཆོལ་ཡང་།
"གངས་ལྗོངས་ཆོས་སྲིད་གཉིས་ལྡན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་དར་ཆ་དངོས་ནི། བསྟན་པའི་
རྒྱལ་མཆོན་ནམ། མི་མཐུན་སྤྱོད་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཆོན་ཞེས་སྟོག་ཆགས་
གསུམ་གྱི་མཆོན་མ་ཡོད་པ་འདི་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་"ཡགོང་ས་སྐྱེ་བྱེད་བརྟུ་གསུམ་
བ་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དཔལ་སྐར་ཁག་གི་དར་ཆ་ཇེས་བསྟུལ་འགའ་ཤས་ལ་རྟོག་གི་གཤམ་
དུ་རྒྱལ་མཆོན་ཆོན་ལྡན་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་གནང་ཡོད་" ཅེས་སྲིད་དོན་རྒྱལ་རབས་
སུ་འཁོད་པ་ལྟར། སྟོག་ཆགས་གསུམ་གྱི་མཆོན་མ་ཡོད་པ་དེ་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་དར་ཆ་
དང་། སྟོག་ཆགས་ཀྱིས་མ་བརྒྱན་པའི་དར་ཆ་ནི་བ་དན་ཡིན་འདུག གང་ཡིན་ཞེ་ན་ཇི་རིམ་པོ་
ཆེས་མཇུག་པའི་མཆོད་འབྲེང་དུ་"མཛེས་པའི་སྟོག་ཆགས་མཆོན་མ་ཡོད་མེད་ཀྱི། མི་མཐུན་
སྤྱོད་ལས་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཆོན་དང་། རབ་མཛེས་བ་དན་ནམས་ཀྱི་མཆོད་པར་བྱ་"ཞེས་
བ་ལས་རྟོགས་སོ། ཡགོང་ས་ལྡན་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐུ་དུས་སུ་བྱེད་པར་ཉ་དཔལ་གྱི་རུ་
འཕེན་དར་ཆ་ནི། སྤང་མ་དཔར་ནག་གཉིས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་དང་། ཡགོང་ས་སྐྱེ་
བྱེད་བརྟུ་གསུམ་པའི་སྐུ་དུས་ཕྱི་ལོ་༡༩༡༣ ལོར་རྒྱ་ནག་མན་རྒྱ་གོང་མའི་དཔོན་དཔལ་ནམས་
རིམ་པས་བོད་ནས་མཐར་སྐྱོད་སྐབས་གཞི་མེར་པོ་ལ་གངས་རི་དང་། མེང་གོ་དཀར་པོའི་རལ་
བ་ལྡར་བྱ་བྱས་པ། མོད་དུ་ཉི་ཟླ་ཡོད་པ་ཞིག་འདུག ཅེས་སྲིད་དོན་རྒྱལ་རབས་སུ་གསལ་འདུག
ས་རྟེན་ཕྱི་ལོ་༡༩༡༩ ལོར་བོད་དཔལ་ནམས་དབྱིན་ལུགས་སུ་བསྐྱར་གནང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་
བོད་ལྗོངས་དཔལ་སྐར་ཁག་གི་དར་ཆ་ཆང་མ་བྱུག་ཉག་ས་དགོངས་དོན་གཏན་འཁེབས་མཛུགས་
པ་ནི། གངས་རི་དཀར་པོའི་ཅེར་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཁ་དོག་སྟོད་པར་བརྟུ་གཉིས་དང་ལྡན་པ།
མེང་གོ་དཀར་པོ་རྒྱུད་གི་"ལག་ཏུ་རྟོར་བྱ་མིག་གསུམ་འཛིན་པ། མཐའ་ལྷགས་མེར་པོ་ཡོད་
པ་ཞིག་བསྟུལ་ཞེས་སྲིད་དོན་རྒྱལ་རབས་སུ་བཀོད་འདུག་པས། དེང་སང་ང་ཆོས་སྟོད་བཞེན་
པའི་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དར་ཆ་ཆོན་མདངས་ཀྱང་དེ་མཆོངས་ཡིན་འདུག དེས་ན་བོད་རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་དར་ཞེས་ཁྱེད་པོ་ཡོད་ཀྱི་དར་ཆ་དེ་"ཡགོང་ས་སྐྱེ་བྱེད་བརྟུ་གསུམ་པའི་སྐབས་སུ་
གསར་བཅོ་བྱས་པ་ཞིག་རེད་འདུག

རྒྱལ་དར་གྱི་མཆོན་དོན་གླེང་བ།

སྤྱིར་འགྲོ་བ་མི་ཡི་སྤྱི་ཆོགས་སུ་འཆོ་གནས་བྱེད་བཞེན་པའི་རེད་ཅག་མི་རང་ཉིད་སོ་

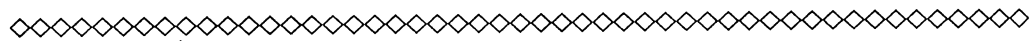
སོའི་ཡིད་དུ་དགའ་སྤྱོད་ཆགས་སྤང་ལས་མངར་མ་སྤྱར་གྱི་ཆོར་སྤང་དང་། བསམ་སྒྲིའི་དོན་སྤྱིར་
ནམས་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་ལུས་དག་གི་ནམ་འགྲུར་རམ་སྤྱད་ཆའི་སྤྱི་ཆལ་ཁོན་ས་བརྒྱད་
མཛོན་དགོས་པ་མ་ཟད། འཆམ་མཐུན་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཆོགས་དང་། ཞི་བདེའི་དཔལ་ཡོན་རྒྱས་
པའི་འཛམ་གླིང་སོགས་ཀྱང་སྤྱད་ཆའི་སྤྱི་ཆལ་ལས་བྱུང་དགོས། མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ཏེ། རྒྱལ་
སྤྱིའི་གནས་བབ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལམ་ལུགས། མངའ་སྡེའི་སྤྱི་གཙུག་ལྷན་གསུམ། དམག་དབུང་གི་
སྒྲོལ་ས་ལྷགས། མཆོག་གྱའི་ཕྱོགས་སྤྱོད་སྡོན་བདུ། ཆོས་སྡེའི་ལྷ་བྲུབ། སྤྱིར་པའི་དམིགས་ལུལ་
སོགས་སོ་སོ་ལ་མཆོན་ཏྲགས་དངོས་པོ་ཁྱད་པར་ཅན་རེའམ། དར་ཆའི་བརྒྱད་ནས་མཆོན་
ཐབས་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་དར་ཆ་རང་སྤྱིར་ནས་གང་མཆོན་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅིན། སྤྱིར་བཏང་
དེས་མི་མང་ལ་བརྟེན་ལྷན་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། དཔེར་ན། དཔལ་རྒྱལ་ནམས་དམག་སར་གཡུལ་
འབྱེད་སྐབས་སུ་རང་གྲོགས་དབང་པོ་ལས་ཤུག་འབྱེད་སྐབ་ཅིང་ཐང་ཐང་ཆེ་བའི་མཆོན་ཆའི་
འཁྲུག་ཚོད་ལང་བཞེན་པའི་དུས་སུ་དམག་དར་བརྒྱད་རང་གྲོགས་ངོས་འཛིན་ལས་སྤྱོད་པར་
བྱེད་སྐབ་པའི་ཐབས་མཆོག་ཅིག་ཡིན། ད་དུང་དར་ཆ་ནི་མཆོན་ཏྲགས་དང་། བརྟེན་ཏྲགས་གལ་
ཆེ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དར་ཆ་དམར་པོ་ཉེན་ཁ་ཆེ་སར་སྡོན་བརྟེན་གཏོང་བྱེད་མཆོན་ཏྲགས་ཡིན་ཞིང་།
དར་ཆ་དཀར་པོ་འཛིག་ཉེན་ཀྱང་པན་གྱི་མཆོན་ཏྲགས་ཡིན་པས། མགོ་བཏགས་ཀྱི་སྡོན་བརྟེན་
གཏོང་བྱེད་མཆོན་གྱི་ཡོད། མཆོག་ཇག་གི་དར་ཆའི་ལོགས་སུ་མིའི་མགོ་རྩས་དང་། རྩས་པ་
རྒྱ་གམ་ཅན་སོགས་དར་ཆའི་ཆོན་མདངས་དང་། དེའི་ལོགས་སུ་བྱིས་པའི་གཟུགས་བརྟན་
འབྲེལ་ལས་མཆོན་སྤངས་ཀྱང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་རྒྱལ་ཁབ་གང་ཞིག་གི་ངོ་
པོ་གསོན་པོ་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱལ་དར་དེ་ཅི་འབྲེལ་ཞིག་རེད་ཅིན། རྒྱལ་ཁབ་དེའི་མངའ་
ལོག་ཏུ་ཡོད་པའི་མི་རིགས་ཐུན་མོང་གི་རེ་བ་དང་། ཡིད་ཆེས། མི་ལམ། ཆིག་སྤྱིལ་གྱི་སྒྲོལ་ས་
ལྷགས་ལས་བྲུབ་པའི་དངོས་པོ་རིན་ཐང་གཞལ་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་རྒྱལ་ཁབ་གང་དེའི་
ལུལ་གྱི་ཆགས་དབྱེལ་གྱི་བཀོད་པ། ལུལ་སྒོལ་གོམས་པའི་གཤེས་ལུགས། ཐུན་མིན་རིག་
གཞུང་གི་དཔལ་ཡོན། མི་མང་གི་སྤྱིར་སྒྲོལ་ས། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལམ་ལུགས་སོགས་མཆོན་པར་
བྱེད་ཅིང་། རྒྱལ་ཁབ་ཁ་ཤས་སུ་རྒྱལ་དར་ངོགས་སུ་ཉི་མ་བཀོད་དེ། ཉི་མོད་ཀྱིས་སྤྱོད་འཁྱོ་ཀྱན་
ལ་བདེ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་བཞེན་ལུང་པ་དེའི་ཐོས་སྤྱོད་ཁྲིམས་མི་མང་གི་བདེ་སྤྱོད་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་
སྤྱོད་པར་མཆོན་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལ་ལས་སྐར་མའི་གཟུགས་བརྟན་ལོགས་སུ་བཀོད་ནས་
རྒྱལ་ཁབ་གང་དེའི་ལོག་ཏུ་མངའ་སྡེ་དུ་ཡོད་སོགས་མཆོན་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མདོར་ན་རྒྱལ་
ཁབ་གང་དེའི་མི་མང་གི་རེ་བ་དང་། སྤྱིར་སྒྲོལ་ས་ཀྱིས་བསྐྱུན་པའི་གཞི་བཞེད་འབར་བ་ཞིག་
ཡིན་ཆེ། ད་གཞོད་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་ངོ་པོ་མཆོན་པའི་རྒྱལ་དར་གྱི་རིན་ཐང་ནི་ཆེ་སྒོག་ལས་ཀྱང་
གལ་འགངས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས། དེ་ནི་ཏྲག་ཏུ་རྒྱལ་སྤྱིའི་དབང་སྤྱོད་འཕྲོགས་ནས་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆེས་མཐོ་བའི་སྤྱོད་པ་དེས་མཁའ་དབྱིངས་སུ་བསྐྱེད་ནས་ཆེ་མཐོང་དང་།

གུས་བཀུར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

ཀྱུ་ལ་དར་གྱི་རིན་ཐང་སྒྲིང་བ།

སྤྱིར་འཕྲོ་བ་མི་རྣམས་དབྱེ་མཆོམས་མེད་པར་རང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་པོ་འདིར་རང་
 དགར་འཆོ་གནས་གྱི་ཡོངས་སྤྱོད་ཆོག་པའི་རང་དབང་ནི་ལྷན་སྦྲེས་སུ་མངའ་བའི་ཆོས་ཉིད་
 དུ་བྱུང་ཡོད་མོད། བདེ་འདོད་སྤྱད་འདོར་གྱི་འཆོལ་སྤྲུག་གི་ལམ་བུ་རྟོག་པས་བརྩིས་པ་ནས་
 བྱེད་ལ་ཡུལ་གྱི་མཛེས་སྤྱད་གི་འཐུན་ཤུགས་དབང་གིས་མི་རང་ཉིད་སོ་སོའི་སེམས་ཁམས་
 སྤྲོམས་སྤྲིག་མ་ཐུབ་པས། རྣམ་རྟོག་གི་འགྲུལ་ཤུགས་འོག་ནས་སྒྲིང་སེམས་ཀྱི་འདོད་རུང་
 ཆེར་བྱིན། དེས་ན་གདོད་མ་ནས་མི་སྡེ་དང་མི་སྡེའི་དབར་གོ་དབང་དང་ཀྱུ་ལ་མཆོམས་གྱི་དོན་
 དུ་འཐབ་འཁྲུག་གིས་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་གཞོད་འཆོ་དུ་མ་ཐོགས་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་བརྒྱུད་རིམ་
 ཁྲིད་ནས་ཀྱུ་ལ་ཁབ་གང་དེའི་བཞེངས་བསྐྱེད་བྱེད་པོ་སྐབས་ཐོག་གི་མི་རབས་དེའི་སྤྱིར་སྤྱོད་ས་
 དང་། དེ་བཞག་ཤུགས་འདུན་གྱི་སྤྱད་ཐུག་རྩལ་གྱི་འཕྲོ་སོང་བཏང་བའི་འབྲས་བུར་རིག་
 གཞུང་དང་། སྤྱད་ཡིག་ཡུལ་སྒོལ་གོམས་གཤེས་སོགས་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པའི་མི་རིགས་
 དེའི་དབང་ཀྱུ་ལ་ཁབ་དེ་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་སྤོས་ཅི་དགོས། དེའི་ངོ་བོ་མཆོན་པའི་ཀྱུ་ལ་དར་དེ་མི་
 རིགས་དེའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་དང་། འཆོ་གནས་གྱི་སྤྱིར་སྤྱོད་ས་། མདུན་བསྐྱོད་གྱི་
 སྤོབས་སེམས་། ཆིག་སྤྱིལ་གྱི་ཆོད་སེམས་རྣམས་གཞི་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་ནས་བསྐྱེམས་ཡོད་
 པས། དེའི་རིན་ཐང་ནི་རིན་ཆེན་བང་མཛོད་ལས་དགོས་འདོད་ཀྱི་འབྲུང་གི་ནོར་བུ་ལས་
 འདས་པ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང། མི་རིགས་དེའི་འགསེང་རུས་གསེང་ནས་ཐོན་པའི་ན་
 ཟུག་གི་གདུང་དབྱངས་འཆོར་ས་ཀྱུ་ལ་དར་དེ་ཡིན་ཞིང་། ཞེ་བསམ་པའི་གཏིང་ནས་དུངས་
 ཞེན་གྱི་སྤྱིར་གཏམ་དང་། དགའ་སྤོབས་ཀྱི་དབྱེས་སྒྲུ་ལེན་ས་དེ་ཉིད་ཡིན་ལ། དཔྱོད་ཤེས་
 ཀྱི་གཤེན་ས་ནས་འབྲུངས་པའི་གསར་བཏོད་ཀྱི་ལེགས་སྤྱོད་འབྲུལ་སའང་དེ་ཉིད་ཡིན་ལ།
 རིགས་ཞེན་གྱི་ལ་ཀྱུའི་མང་གཞི་འཛོགས་འདེ་ཉིད་ཡིན། སྤྱིར་བསམ་སྒྲོའི་འཛིག་རྟེན་ལྟ་
 ཚུལ་དང་། ཆོས་ཤུགས་ལྟ་ཚུལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་རིན་ཐང་ལ་ལྟ་ཚུལ་འདྲ་མིན་སྤྱོད་ཆོགས་མཆིས་
 མོད་ཀྱང་། ཀྱུ་ལ་དར་གྱི་རིན་ཐང་ལྟ་ཚུལ་ཐད་ནས་བརྗོད་ན་དེ་ཉིད་ནི་མི་རིགས་གང་དེའི་འཆོ་
 གནས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོའི་ནང་ཁྱད་མོར་ཆེ་སྟོག་ལས་འགངས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་བཀུར་བཞིན་ཡོད།
 མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་བསྐྱེམ་གཞི་འདི་ཉིད་རྟག་ཏུ་མཁའ་དབྱིངས་སུ་དཔང་མཐོ་བརྩེད་ཉམས་
 ལྷན་པའི་སྤང་ནས་བསྐྱོད་ཐུབ་པ་ཞིག་བསྐྱེད་དགོས་ན། མི་རིགས་དེ་ལ་ཆིག་སྤྱིལ་གྱི་སྤྱིར་
 སྤོབས་རུས་གསེང་ནས་ངས་དུ་ཐོན་དགོས་ལ། དབྱ་གཉེན་མགོན་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་མ་
 རྟོར་བའི་རང་ནས་ལམ་ཆེན་གཅིག་གི་ཐོག་ཏུ་གོམ་སྤྱོད་དགོས། དེ་ནི་ཀྱུ་ལ་དར་གྱི་སྤྱིར་

སྒྲོབས་མཆོན་གྱི་ཡོད་ཅིང། དེའི་སྤྱིང་སྒྲོབས་དེས་མི་རིགས་གང་དེའི་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་
ཤེས་ཀྱང་མཆོན་གྱི་ཡོད། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་དར་རྒྱལ་ལོ།



དབང་ཅའི་ཕུང་སྐྱུལ། བཅེ་བ། སྒྲོའི་འབྲེང་སོ།

(Rev K Vasudevan) རེ་ཀེ་ སྐ་སུ་དེ་ཨཱན་གྱིས་བཅུམས།
བསྐྱེད་འཛིན་ཞོར་འཛིན་གྱིས་བསྐྱུལ། རིག་གནས་གཉིས་པ།

ང་ཆོས་མི་དང་གནས་སྤངས་དག་ལ་ཉེས་ཕྱོགས་ནས་ཡ་ལན་བྱེད་དུས། ང་ཆོས་རང་གི་ལུས་
ཀྱི་མ་ལག་ཀྱང་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་འཕེལ་འགྲོས་ཤིག་བསྐྱེད་གྱི་ཡོད། ང་ཆོའི་སེམས་ཆོར་
ཡོད་ཆད་ནི་སྒྲོག་སྐུལ་ཇུས་ལྟར་ཉེག་རེད་ལ།
མེན་ཤད་ནད་རིགས་སྡོན་འགོག་མ་ལག དབང་ཅ་རྣམས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ང་ཆོའི་ཆོར་བ་
དང་བསམ་སྒྲོའི་བརྒྱུད་སྤེལ་ནས་ཡོད། གལ་ཏེ་མ་ལག་རྣམས་ལ་མི་མ་ཐུན་པའི་རྒྱུ་བྱང་ན།
དེ་དག་གིས་དེ་བཞིན་མི་མ་ཐུན་པའི་འགྱུར་ལྡོག་རིམ་གྱིས་བྱངས་ཡོད་གི་རེད། དེ་ལྟར་ན། ང་
ཆོས་མི་ཆོའི་གནས་སྤངས་དག་ལ་གཟབ་ནན་གྱིས་ཡ་ལན་བྱ་དགོས།

ཨ་རིའི་གསར་འགོད་པ་ཞོར་ལྷན་ཀ་སིན་ (Norman cousins) ཞེས་པ་ཁོ་རང་
ཐེངས་ཤིག་ཏུ་ཅང་སྤྱད་པའི་སྐབས་སུ་སྤན་པས་ཁོང་གི་ནད་གཞིའི་སྡོན་ཏྲགས་སྒྲི་པོར་མཐོང་
བས་བྲག་སྒྲིད་གྱི་རེ་བ་ཟད། དེ་བས། ཁོང་ནི་ཉིན་ཁ་ཤས་ནད་ཚུན་ཤི་རྒྱུ་རེད། ནད་ན་ཆའི་
ཐོག་ལ་ཞོར་ལྷན་གྱིས་ཡིད་ཆེས་བྱ་རྒྱུ་ལྟེ། བསམ་སྒྲོའི་སྤྱོད་ཀྱིས་ལུས་ལ་གཞོད་པར་
གྱུར་བ་དང་། བསམ་སྒྲོ་བཟང་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁོ་ནས་ལུས་ལ་པན་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་གྱི་ཡོད་
པ་དེ་རེད། དེར་བརྟེན། ཁོས་དངོས་འབྲེལ་དགོད་སྡོ་བའི་སྒྲོག་བརྒྱན་འཁོར་ཁག་དུ་མ་ཞིག་
གཡར་ཏེ་ཉིན་ལྟར་ལྟ་འགོ་བཙུགས།

ཁོས་གཉིད་སྤྱན་བཟའ་མི་དགོས་པར་གཉིད་རིང་བ་ཁྲགས་སུ་བ་གྱི་ཡོད་པར་ཉོགས། ཤིན་
ཏུ་ནས་མནར་བའི་ན་ཟུག་ཡང་རྩེ་ཅུང་ཅུང་དུ་བྱིན། ད་གཞོད་ཁོང་ནི་གཟེར་འཇགས་སྤན་ལ་
ཞེ་བྲག་བརྟེན་མི་དགོས་པར་གྱུར། ཁོང་སྤར་ཡང་བདེ་ཐང་དུ་གྱུར་པ་ན། ཁོས་དབྱིན་ཇིའི་སྤན་
གྱི་དུས་དེ་བཅིག་ཏུ་རང་གི་སྤྱིང་ཆོར་རྣམས་བཞོད་པ་རེད།

ཨ་ར་ མེ་དེའས་(Art mathais)ཞེས་པའི་སྐུ་ཞབས་ལ་ཐག་རན་མེ་བའི་ཟས་རིགས་
བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མ་ཞིག་མི་འཕྲོད་པ་ཡིན། ཁོང་གིས་བལ་གོས་མ་གཉོགས་གྲོན་སུབ་གྱི་མེད་
ནའང་། དེ་དག་ནི་ཁོང་ཆེན་པོ་རེད། ཁོང་གི་ནད་གཞིའི་སྡོན་ཏྲགས་སུག་པས། སྤན་པ་ཆོས་

མི་འདོད་བཞིན་དུ་རེ་བ་སྟོན།

ཉིན་ཞིག་ཁོས་བཅོད་སྒྲོམ་སྒྲོར་གྱི་གསུང་ཆོས་ཞིག་ཉན་པས། དེ་ནས་རང་ལ་འཆེ་བ་
 བྱེད་མཁན་གང་ན་སུ་མཆིས་དེ་དག་ལ་བཅོད་བ་བསྒྲོམ་རྒྱུ་ལྟོ་ཐག་བཅད། སྒྲོ་བུར་དུ་ཁོས་
 སྐར་མ་འཕྲོད་པའི་ཟས་རིགས་དུ་མ་ཞིག་ཉན་དེ་ནས་བཟུང་ཟ་སྤྱབ་གྱི་ཡོད་པར་རྟོགས། མ་
 ཟད་ཁོང་གི་བགས་ནད་༧ སྟོགས་ཀྱང་ན་མཆོམས་བཞག ལ་མཆོན་ཅན་གྱི་བྲག་སྐྱེད་འདིའི་
 རྒྱབ་ཏུ་ཁོས་རང་གི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ཕྱོགས་ཐད་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཟང་བ་སྟེ། རང་ལ་
 གཞོད་སྟེལ་མཁན་རྣམས་ལ་ཞེ་སྤང་འཆང་རྒྱ་ལས་བཅོད་བསྐྱར་དང་བསྐྱོ་སྒྲོན་བྱ་རྒྱུ་དེ་རེད།
 ཀོ་ཇི་འན་(Cousins)དང་ནོར་སྐན་(Norman)གཉིས་ཀ་ལ་ཆ་མཆོན་ན། ཁོང་གཉིས་
 གྱི་འཕོ་འགྱུར་འཕྲོ་མཆོམས་ནི་བདེ་ཐང་དང་དགའ་སྤྱད་གི་ཕྱོགས་སུ་འཛིན་པའི་བསམ་སྒྲོའི་
 འཕྲེར་སོ་དེ་རེད། རྒྱལ་སྤྱིའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཆོགས་པས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༡ ལོར་གནས་ཚུལ་སྟེལ་
 གསལ་ལྟར་ན། སྐན་པར་བསྟེན་དུ་བསྐྱོད་པའི་ནད་གཞིའི་རྟགས་མཆོན་མཚུངས་པའི་སྟེལ་
 བུ་ཀུན་ལས་གསུམ་ཆ་གཅིག་ནི་ཁོང་ཁོ་དང་ཡིད་སྤྲུག་གི་རྒྱུ་བས་སེམས་ནད་ཡིན་པར་
 རོས་འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད། རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་བལྟས་ན། ཁོང་ཁོ་དང་ཡིད་སྤྲུག་གི་འཕྲགས་ཆེ་ཆུང་ཅི་
 རིགས་ཀྱིས་ང་ཆོ་མང་པོ་ཞིག་མནར་གྱི་ཡོད། གལ་ཏེ་ང་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་འཕྲེར་
 ཕྱོགས་ཅམ་འགྱུར་བ་བཟང་སྤྱབ་ན་ང་ཆོའི་ལུས་ཀྱི་ན་ཆ་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་འགོག་སྤྱབ་པ་
 ཡིན།

ང་ཆོའི་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠ ནི་དོན་དམ་པར་གང་བྱུང་བ་དང་། བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ ནི་སོ་སོའི་བསམ་
 སྒྲོའི་འདུ་ཤེས་ཡིན་པར་བཤད་གྱི་ཡོད། སྒྲོ་པམ་ལ་བཟང་ཕྱོགས་ནས་གདོང་ལེན་བྱེད་སྐྱབས་
 སོགས་ཤེས་རྒྱ་ནི་གལ་གནད་ཅན་ཞིག་རེད། ཨེབ་ར་ཏམ་ ཡིན་ཀུན་(Abraham
 Lincoln)ཀྱིས་རང་གི་བྱའི་དགོ་ཀན་ལ་བྲིས་པའི་ཡི་གེ་ནང་དུ་རེ་སྟེལ་ཞུས་བ་ལྟར་ན་
 བྱང་ལེ་བུ་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཇི་ལྟར་སྤང་དགོས་མིན་བསྐྱབ་པ་དང་མཉམ་དུ་པམ་ཁ་ལ་གདོང་ལེན་
 བྱེད་སྐྱབས་ལང་སྟོབས་རོགས་ཀྱིས། བྱ་ཞེས་གསལ་ཡོད། ང་ཆོས་རྟག་ཏུ་ནད་གཞིའི་སྒྲོར་
 ལ་ཐམས་ཅད་ཤེས་གྱི་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་ཉེ་ཆར་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པས་ལུས་ཁམས་ཀྱི་ན་
 ཆ་བརྒྱ་ཆ་ ༩༩ ནི་སེམས་ཆོར་གྱིས་བཅོས་པ་བཞིན་ཡོད། སྐན་ཇས་ཀྱི་ཆེད་ལས་མཁས་
 བ་ལུམ་ཀེ་རོ་ལྷ་ཡིན་ ཡིལ་(Caroline Leaf)ཡིས་རང་གི་དེབ་ བྱང་ཡི་ཐུང་སྒྲོ་སྤྱས་
 བཀག་པ་རེད། བྱ་ཅེས་པའི་ནད་དུ་ བྲག་ལ་སྤིང་འདི་བདེན་ན། ང་ཆོས་མི་ཆོའི་ཡིད་སྒྲོ་དང་
 པམ་ཁ་དག་ལ་བཟང་ཕྱོགས་ནས་ལ་ལན་བྱེད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ནས་ལེགས་པ་ཞིག་རེད། བྱ་པམ་
 ཁ་དང་ཡིད་སྒྲོ་རྣམས་ནི་ཐོག་ཐབས་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེ་དག་ལ་ལ་ལན་བྱ་བར་འཁང་ར་
 དང་ཁོང་ཁོ། ཞེ་འཁོན་རྣམས་འགོག་རྒྱར་འབད་ན་ལག་པོ་ཞིག་རེད། དབང་ཅའི་ནད་རིགས་
 ཆེད་མཁས་པ་ཆོས་ང་ཆོར་བཞིན་གསལ་ལྟར་ན། དབང་ཅའི་ཕྱང་སྤྱབ་སྟེ། ཐུང་པའི་གཞི་ཅའི་
 བསྐྱབ་བྱ་དེ་ནི་དགོན་མཆོག་གིས་བྱམས་བཅའི་ཆེད་དུ་བཅོ་སྐྱོན་བྱས་པ་ཡིན། དགོན་

མཆོག་གིས་ང་དང་བྱེད་ལ་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པ་དང་ང་ཚོས་གཞན་ལ་བཅེ་བ་སྤྱོད་ཐུབ་ཆེ་ང་
 ཚོའི་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཆང་མས་རང་རང་གི་རྒྱས་ལྷན་ཡོད་ཆད་གྱིས་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་རེད་
 ལ། ལུས་ཁམས་ལ་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་དག་གིས་པན་རྒྱས་ཀྱི་བྱངས་བཟུང་སྤྱོད་ཀྱི་རེད།
 ཟུར་མཆན།

- ༡། གློག་སྒྱུ་ལ་ཇུས་ལྷན། Electro-chemically charged
- ༢། མེན། Endocrine ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཤིག
- ༣། ཐག་རན། ཆལ་དང་སིལ་ཏོག་སོགས་ལ་ཡོད་པའི་བྱས་བཟུང་ཅིག Fibre
- ༤། བགས་ནད། Skin allergies
- ༥། ཞེ་ར་ཏམ་ ཡིན་ཀླན། རི་ཨ་རིའི་སྤྱི་འཛིན་ཐོག་མ་རེད།

བརྗོད་གཞི། སྤྱོད་བཟུང་ཉེན་འབྲེལ་རིག་པ་དང་འགྲོ་བ་མིའི་ སེམས་ཁམས།

ལགོང་ས་མཆོག་གིས་དབྱིན་ཇིའི་ཐོག་གསུངས།
 ཆེ་རིང་འབྲིན་ལས་ཀྱིས་བསྐྱར། རིག་གནས་གསུམ་པ།

སྤྱིར་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ངོས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། རང་བྱུང་
 ཁམས་ཀྱི་བྱིའི་སྤོང་གི་བཀོད་པ་དང་དེའི་ནང་འཆོ་བཞུག་བྱེད་མཁན་གྱི་ནང་བཟུང་གི་སེམས་
 ཅན་གཉིས་ཀྱི་བར་པན་ཚུན་ལྷོས་བྱུང་གི་ངོས་ནས་འབྲེལ་བ་ཏུ་ཅང་ཉེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།
 ངའི་ཐོགས་པོ་འགའ་ཞིག་གིས་ང་ལ་བརྗོད་གསལ་ལ་སྤྱིར་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་ཅའི་རང་བཞིན་
 རི་འཆོ་བ་བྱེད་མཁན་གྱི་སེམས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་བརྗོད་བྱུང་། འོན་ཀྱང་ངས་འདི་ལ་མཐའ་
 གཅིག་ཏུ་དགག་པ་བྱེད་པ་ཡིན། ང་ཚོའི་སློབ་ཆགས་སྤྱོད་ཆགས་ལ་ཅད་ཞིབ་ཡག་པོ་བྱེད་པ་
 ཡིན་ན། དཔེར་ན་སེའི་དང་སྟག་ལྷ་བྱ་རང་འཆོ་བྱུང་བ་ལ་གཞན་སེམས་ཅན་ལ་འཆོ་བ་བྱེད་
 རས་གནས་དགོས་ལ་དེའི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལུས་པོའི་སྤྱིང་གི་སྤྱོད་ཆོས་མེད་པ་ཡིན་
 པའི་བྱུང་ཆོས་ལ་གཞིགས་ན་གཅན་གཟན་དེ་ཆོ་སོ་རྣམས་པོ། སྤྱིར་མོ་རིང་བ་ཡོད་པ་ང་ཚོས་
 ཤེས་ཐུབ་ཀྱི་རེད། ཡང་ནི་བདེ་བག་ཤེས་པ་དང་གནས་པའི་སེམས་ཅན་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་
 ཅ་གཟན་སེམས་ཅན་རིགས་ལ་གཞིགས་ན་དེ་དག་གི་ལུས་པོའི་སྤྱིང་གི་བྱུང་ཆོས་སོ་རྣམས་
 སྤྱིར་མོ་མེད་པ་ཅི་ཤིང་ཁོ་ན་ལ་བཞེན་ནས་ལུས་འཆོ་བར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལྷ་ཚུལ་འདིའི་སྤོང་ནས་
 བཤད་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་ཟེར་བ་འདི་གཞི་ཅའི་རང་བཞིན་འཆོ་བ་མི་བྱེད་མཁན་ཞིག་
 ཡིན་པ་རེད།

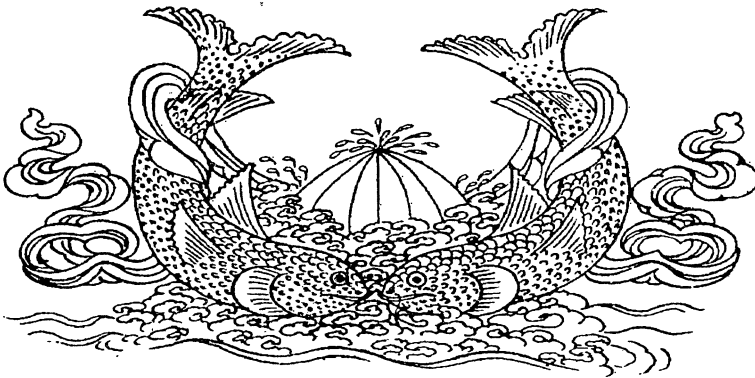
ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མིའི་འཆོ་སྤྲོད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྐྱེད་བ་ཡིན་ན། སྤྱིར་འགྲོ་བ་མི་ཟེར་བ་འདི་སྤྱི་ཚོགས་
 ཞིག་གི་སེམས་ཅན་ཞིག་རེད། དེ་འཆོ་སྤྲོད་བྱེད་པ་ལ་གཞན་ལ་ལྟོས་པའི་སྒྲོ་ནས་འཆོ་ཐབས་
 བྱ་དགོས་ལ་གཞན་ལ་ལྟོས་མེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རང་འཆོ་སྤྲོད་པ་མི་སྤྲོད་པ་རེད་འདི་ནི་འཛིག་ཏེན་
 ཚེས་ཉིད་ཅིག་རེད། སྤྱིར་འགྲོ་བ་མི་ཟེར་བ་འདི་རང་བཞིན་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་
 གཏིང་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ངའི་ཚོར་སྣང་ལ་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་དབར་པན་ཚུན་མ་སྤྲོད་
 སྤྱི་ལ་དང་། འཆམ་མ་སྤྲོད་གཅིག་པུ་མ་ཡིན་པར་བྱེད་ཀྱི་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་ལའང་སེམས་
 ཁུར་དང་སེམས་མ་སྤྲོད་ཀྱི་ལྟ་བུ་གཅིག་མཚུངས་དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་བསམ་ཀྱི་
 ཡོད། བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ངོས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོའི་བྱེད་ཀྱི་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་དང་
 དེའི་ནང་འཆོ་ཞུགས་བྱེད་མཁུན་གྱི་ནང་བཟུང་ཀྱི་སེམས་ཅན་སྤྲོད་མོང་ལ་སེམས་འཁུར་བྱེད་
 དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་ཆགས་ཡོད། ད་དུང་ལྟ་ལྟ་བུ་གཞན་ཞིག་ཡོད། ང་ཚོའི་མིའི་ཀུན་སྤྲོད་ཀྱི་
 སྤྲོད་ཆ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཆོ་སྤྲོད་ཅིག་གི་ངོས་ནས་བཤད་པ་
 ཡིན་ན་བྱེད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་འདི་མི་རབས་འདི་ཙམ་མ་ཡིན་པར་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་མི་རབས་
 རྣམས་ལའང་གཤམ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད་པ་སོང་ཙང་། གཤམ་སྤྲོད་ང་ཚོའི་མི་
 རབས་འདིའི་ནང་ཁོར་ལུག་ལ་བཟུ་བཞིག་ཆ་བསམ་ཆེན་བཏང་བ་ཡིན་ན་རང་ལ་དཔལ་འབྱོར་
 དང་ཁེ་ཕན་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱི་ཀྱང་སྤྱོད་ཀྱི་རང་ཚོའི་མི་རབས་དང་མི་རབས་བྱི་མ་རྣམས་ལའང་
 སྤྲོད་བསྐྱེད་མང་པོ་འབྱུང་གི་རེད། གཤམ་ཏེ་ཁོར་ལུག་ལ་འགྱུར་བ་བྱིན་པ་ཡིན་ན་དེའི་རྒྱུ་
 གྱིས་གནས་གཤམ་ལའང་འགྱུར་བ་ཏུ་ཙང་ཆེན་པོ་འགྲོ་གི་རེད། གཤམ་སྤྲོད་གནས་གཤམ་ལ་
 འགྱུར་བ་ཏུ་ཙང་ཆེན་པོ་བྱིན་པ་ཡིན་ན། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་
 དང་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལའང་འགྱུར་བ་འགྲོ་གི་རེད། དེ་མ་ཟད་ང་ཚོའི་ལུས་པོའི་འཕྲོད་
 བསྟེན་ལའང་འཕགས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཀྱི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ང་ཚོའི་ཀུན་སྤྲོད་ཁོ་ནའི་
 གནད་དོན་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ང་ཚོ་འཆོ་གནས་ཀྱི་གནད་དོན་ཞིག་ལའང་སྤྲོད་ཡོད། དེ་འདྲ་
 སོང་ཙང་ང་ཚོའི་བྱེད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་ལ་སྤྲོད་བྱེད་ཏུ་ཆགས་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་དང་
 པོ་སྤྲོད་ནས་འགྲོ་བ་མི་རང་ཉིད་ཀྱིས་ངོས་ནས་ཁོར་ལུག་གི་གནད་དོན་ལ་སེམས་འཁུར་ཆ་
 སྤྲོད་པ་བཤད་ཀྱི་ཡོད།

ཁོར་ལུག་གི་དཀའ་ངལ་དེ་ཁོར་ལུག་གི་གནད་དོན་ལ་མ་བསམ་པའི་རྒྱུ་ལས་འགྲོ་
 བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གནོད་སྤྲོད་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། དེ་ལྟར་འགྲོ་བ་མིས་ཤེས་དགོས་པ་གཤམ་
 ཆེན་པོ་རེད་བསམ་ཀྱི་ཡོད། རང་འབྱུང་ཁོར་ལུག་ནས་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་ཐད་ཀར་
 པན་ཐོགས་ཡོད་པ་ང་ཚོས་མི་ལ་འགྲེལ་བཟྃ་བྱེད་དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད། ངས་གཤམ་དུས་
 ཡིན་ཡང་སྤྲོད་མེད་པས་སྤྲོད་ཀྱི་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ངས་གོང་དུ་བཤད་པ་
 བཞིན་མཐའ་ན་རང་སོ་སོའི་འདོད་པ་ཞིག་བསྐྱབ་པ་ལ་གཞན་ལ་ལྟོས་པའི་སྒྲོ་ནས་སྤྲོད་དགོས་
 པ་ཞིག་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གཤམ་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱིས་གཞན་ལ་པན་སེམས་དང་། སེམས་

འཕུལ་གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་མཉམ་སྦྲེལ་གཞན་ལ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་སྐབས་རོགས་པ་བྱེད་
པ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་གྱིས་རང་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་ངེས་རེད། གལ་སྲིད་རང་འདོད་ཁོ་ནའི་
བསམ་སྒྲོམ་གཏོགས་གཞན་ལ་སྤང་མེད་བཏང་བ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་གྱི་རང་ཕོངས་བའམ་
སྤྱོད་གཏུག་ཏུ་འགྲོ་ངེས་རེད་འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་རེད། གལ་སྲིད་རང་གིས་མི་
ཞིག་ལ་འཇུག་མཉམ་སྦྲེལ་བ་བསྟན་པར་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་ཞིག་བསྟན་པ་ཡིན་ན་གཞན་གྱིས་ཀྱང་
ཡ་ལན་དེ་བཞིན་བྱེད་ཀྱི་རེད། བྱེད་ཀྱིན་མིན་འདུག་གམ། གལ་སྲིད་རང་གིས་མི་གཞན་ལ་
སྤྱུག་བསམ་ཀྱིས་དག་དང་། གུ་ཡངས་པོ་བྱས་ན་གཞན་གྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཡ་ལན་སྤྱད་
ཀྱི་རེད། མི་ཆང་མའི་རང་རང་སོ་སོ་ལ་སྤྱུགས་པོ་འདོད་ཀྱི་རེད་མ་གཏོགས་རང་ལ་གཞོད་པ་
བྱེད་མཁན་བྱུང་ན་བསམ་བཞི་བསམ་བུ་སྤྱུག་ལའང་མེད་པ་རེད། ང་ཆོས་སྤྱུགས་པོ་ཡག་
པོ་ཞིག་བཟོ་དགོས་པ་ལ་སེམས་ཀྱི་ངོས་ནས་པ་རོལ་པོ་ལ་བཅེ་བ་སྤྱོད་དགོས་པ་ལས་སྟོབས་
འབྱོར་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་སྒྲོན་པ་སྤྱུགས་པོ་བྱེད་རྒྱ་མེད། སྟོབས་འབྱོར་དང་དཔལ་འབྱོར་
གྱི་བསམ་སྒྲོམ་ཡོད་པའི་སྤྱུགས་པོ་ཀྱིས་སྤྱུགས་པོ་ངོ་མ་དེ་ཆགས་ཀྱི་མེད་པ་རེད། སྤྱུགས་པོ་
དེ་ཆོ་གཞན་དང་མི་འཇུག་ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད། སྤྱུགས་པོ་ངོ་མ་དེ་བཅེ་བ་དང་ལྡན་པའི་
སྤྱུགས་པོ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་རེད། དགོས་ཀྱི་མ་རེད་དམ།
ངས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དཔལ་འབྱོར་དང་སྟོབས་འབྱོར་གྱི་བསམ་སྒྲོམ་འབྱེད་
མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་རང་ལ་དཔལ་འབྱོར་དང་སྟོབས་འབྱོར་ཡོད་པའི་སྐབས་རང་མཉམ་དུ་
སྤྱུགས་པོ་བྱེད་ཀྱི་རེད། རྣམ་ཞིག་བྱེད་རང་ལ་དཔལ་འབྱོར་དང་སྟོབས་འབྱོར་མེད་པར་གྱུར་
ན་ངེས་བཞིན་རང་དང་རྒྱུ་ཐག་རིང་དུ་འགྲོ་གི་རེད། དེ་འདྲིས་སྤྱུགས་པོ་ལ་ཡིད་ཆོན་བྱེད་རྒྱ་
མེད། སྤྱུགས་པོ་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡིན་ན་རང་ལ་ལམ་སྟོང་ཡོང་ནའང་འཇུག་པོ་ཡོང་ནའང་
འཇུག་དང་མཉམ་སྦྲེལ་དཀའ་སྤྱུག་མཉམ་སྦྲེལ་བྱེད་ཀྱི་རེད། དེ་འདྲིས་སྤྱུགས་པོ་ཡང་དག་པ་
ཞིག་བཟོ་དགོས་པ་ལ་ཕན་ཚུན་ཁོང་ཁྱོད་སྒྲོན་པ་མ་ཡིན་པར་སྟོབས་སྤྱོད་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་
སྒྲོན་པ་ཀྱང་མ་ཡིན་པར་ཕན་ཚུན་ལ་བཅེ་བ་རྣམ་དག་ཅིག་ཡོད་པའི་སྒྲོན་པ་ཡོང་དགོས་ཀྱི་
རེད།

བསམ་སྒྲོམ་གཏིང་ཟབ་ཅིག་བཏང་བ་ཡིན་ན། གལ་ཏེ་རང་འདོད་ཁོ་ན་བྱེད་འདོད་ཡོད་
ན་རང་འདོད་དེ་གཞན་ལ་སྤྱུག་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད་མ་གཏོགས་བསམ་སྒྲོམ་རྒྱུང་
རྒྱུ་ཞིག་གི་སྒྲོན་པ་བྱེད་རྒྱ་མེད། འོན་ཏེ་མའི་སྒྲོན་པ་བཤད་པ་ཡིན་ན་ང་ཆོར་འཇིག་རྟེན་
སེམས་འཁྱུར་གྱི་བསམ་སྒྲོམ་ཆོར་བ་དེ་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་ནི་རྒྱུས་པ་ཐོན་སའི་གཞི་དང་
བདེ་སྦྱིད་འབྱུང་སའི་གཞི་ངོ་མ་དེ་ཆགས་ཡོད། གལ་སྲིད་ང་ཆོར་མི་རབས་འདི་ཡིས་རང་བྱུང་
ཁོར་ལུག་ནང་ཡོད་བཞིན་པའི་ཤིང་སྤྱོད་ལྟ། ལྟ། གཏེར་མཛོད་ལ་བཟུ་བཞིག་བཏང་སྟེ་ཡོང་གིན་
པའི་མི་རབས་སམ་མི་རབས་བྱེ་མའི་ཆེད་དུ་ཉར་ཆགས་མི་བྱེད་པ་འདི་ནི་ང་ཆོར་མི་རབས་
ཞིག་རེད། མ་རེད་དམ། གལ་སྲིད་ང་ཆོར་སེམས་ནང་ཡང་དག་པའི་འཇིག་རྟེན་སེམས་འཁྱུར་

གྱི་འདུ་ཤེས་ཡོད་ན། དེ་ནས་ང་ཚོའི་ཁོར་ལུག་དང་ང་ཚོའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་དེ་ཞི་བདེ་བག་
 བེབས་ངང་གནས་གྱི་རེད། དེང་སང་ང་ཚོ་མི་རྣམས་ཀྱིས་བྱིའེ་དངོས་པོ་ཙམ་མ་གཏོགས་ནང་
 སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱིད་ཡོང་ཐབས་ལ་འབད་བཅོལ་བྱེད་གྱི་མེད་པ་རེད། ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་
 འཚོ་ཞུགས་ཡོང་བ་དང་སྤྱིར་ཁེ་སན་གོང་འཕེལ་ཡོང་བ་ལ་ཆན་རིག་དང་བྱིའེ་དངོས་པོ་ཡར་
 རྒྱས་དགོས་པེས་ཤིག་རེད། དེ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དེ་ཡང་མེད་དུ་
 མི་རུང་བ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད། དེ་ལྟ་ནའང་ཨེམ་ཇིས་ཀྱང་ཁབ་བརྒྱབ་ནས་བྱིད་ལ་
 སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་ཞིག་སྤྱོད་ཐབས་མེད། ཁྱིམ་ལ་འང་བཅོང་རྒྱ་དང་ཉོ་རྒྱ་མེད། གལ་ཏེ་བྱིད་
 ལ་ཨ་སློར་ས་ཡ་དང་ས་ཡ་མང་པོ་ཡོད་ན་བྱིད་ཁྱིམ་ཆེན་དུ་འགྲོ་སྐབས་བྱིད་ཀྱི་ཅ་དངོས་གང་
 ཡིན་ཡང་ཉོས་སྐབས་ཀྱི་རེད། གལ་སྲིད་བྱིད་ཁྱིམ་ཆེན་ལ་བྱིན་ནས་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་ཞིག་སྤྱོད་
 རོགས་བརྒྱན་ན་མི་དེ་ཚོ་གད་སྤོལ་གྱི་རེད། ཡང་ཨེམ་ཇི་ལ་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཡང་དག་
 པ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་ཞི་སྤྱོད་རོགས་ཞེས་བརྒྱན་ནས་སྤྱོད་རིལ་ལམ་ཁབ་བརྒྱབ་ནས་ཨེམ་
 ཇིས་རོགས་པ་བྱེད་ཐབས་མེད། མ་ཟད་དེང་རབས་འབྲུལ་ཆས་ཀམ་ཕུ་ཉར་གྱིས་ཀྱང་བྱིད་
 ལ་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་སྤྱོད་སྐབས་ཀྱི་མ་རེད། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དེ་སེམས་རང་ནས་ཡོང་དགོས་
 པ་ཞིག་རེད། ང་ཚོ་ཆང་མ་སྤྱིད་པོ་དང་བདེ་བ་འདོད་མཁན་ཤ་སྟག་ཡིན། གལ་ཏེ་ང་ཚོའི་བྱིའེ་
 ལུས་པོའི་བདེ་སྤྱོད་དང་ནང་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་གཉིས་གཤིབ་བསྐྱར་བྱེད་ན་ནང་སེམས་ཀྱི་
 བདེ་སྤྱོད་གཉིས་གཞན་ལ་སྤྱིན་པ་དང་། དབང་ཕྱགས་ཆེ་བ། དབང་ཆད་ཆེ་བ་ཡོད། དེ་འདྲ་
 ཡིན་དུས་ང་ཚོས་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱིད་དེ་ཉིད་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་པ་འདི་དག་མཆན་ལྟན་
 པ་ཞིག་རེད། སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱིད་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་ལ་དང་པོ་སེམས་ཀྱི་རྩོ་བོ་ཤེས་དགོས་
 པ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཚོས་ཁོར་ལུག་སྤྱད་སྤྱོད་སྐོར་གྱི་གཏམ་སྐྱེད་བྱེད་དུས་གནས་ཚུལ་
 གཞན་དང་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་གྱི་ཡོད། དོན་ངོ་མ་ང་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་བཅུ་བ་དང་
 སྤྱིང་རྩེ་ཡོད་པའི་སློ་ནས་འཇིག་རྟེན་སེམས་འཁྱར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཡོད་དགོས་པ་འདི་གཙོ་བོ་དེ་
 ཆགས་ཡོད།



ཕྱུ་མཚན། སྤྱུ་ལྟག གཡར་ལོ།

ལྷག་པ་བདེ་སྲིད་ཀྱིས་བསྐྱུང། རིག་གནས་གཉིས་པ།

ལྷ་རྩལ་གྱིས་རྒྱན་དྲ་རྩོམ་པོ་ཞིག་རྩོམ་རུ་ཉིད་ལས་གཡོལ་ཐབས་བྱེད་པར་
ངས་འཛིན་ཆོག་ལ་ལས་སྤྱི་བའི་ལམ་ཞིག་བསྐྱུན་པར་བརྟེན་དེས་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་འཆོ་བའི་
ནང་ཆ་ཤས་གཡ་ཆེན་ཞིག་ལེན་གྱི་ཡོད། རང་ཉིད་ལལ་བར་དོར་འདོད་པའི་ཆེད། ལ་ལ་
ལྷ་རྩལ་ལ་ཁྱོད་གསལ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་ཆང་རག་ལ་རོལ་བ། ད་དྲུང་འགའ་ཤས་ཀྱིས་
ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ཅན་དང་འཆར་རྟོག་ལྡན་པར་ཐེས་སུ་བསྐྱེད་གསལ་གྱིན་ཡོད།
ཤེས་ཆོར་བྱུང་བའམ་སྤྱང་བའི་ངང་རྩོམ་ཅི་ཞིག་བེད་སྤྱད་ནས་རྩོམ་རུ་ཉིད་ལས་ཡོལ་
སྐབས་དེར་ངན་ལང་ཤོར་གྱི་ཡོད།

ང་ཚོས་སེམས་ཁུལ་དང་སེམས་སྡུག་ལས་གྲོལ་བའི་ཐབས་སྤྲུལ་ཞིག་གམ། སྟོན་
དག ཡང་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་ཅི་འདོད་ལ་བརྟེན་ཆེ་སྐབས་འབྲལ་གྱི་ལེགས་བཅོས་ཤིག་སྤུང་ཡང་
དེས་ང་ཚོའི་མི་ཆེའི་ནང་འགལ་སྒྲུབ་དང་འཐབ་ཅོད་འཕར་མ་ཁོ་ན་བསྒྲུབ་པར་བྱེད།

འཐབ་ཚེད་གང་དུ་ཡོད་པ་དེར་གསར་བཏོད་ཀྱི་རང་བཞིན་གནས་མི་སྟབ། དེར་
བརྟེན་ཡང་དག་པའི་ཤེས་ཡོན་གྱིས་མི་སྐྱེར་ལ་དཀའ་ངལ་གཏོང་ལེན་གྱིད་པར་རོགས་རམ་
གྱིད་དགོས་པ་ལས་དེར་གཤོལ་ཚུལ་ལ་ཆེ་བསྟོད་གྱིད་མི་རུང་མ་ཟད་ཁོང་ལ་འཐབ་ཚེད་དེར་
བསམ་གཞིགས་སེལ་བར་རོགས་སྐྱོར་གྱིད་དགོས་དག་ཅོད་གཞིགས་གསར་བཏོད་ཀྱི་རང་
བཞིན་དེ་གནས་སྟབ། འཆོ་བ་དང་ཁ་བྱལ་བའི་སྐྱུ་ཆུལ་ལ་རྗེས་འབྲས་སྐབས་ཆེན་ཞིག་
མེད།

སྐྱུ་ཅལ་ང་ཚོའི་ཉིན་འདི་འཆོ་བ་ནས་ཁ་བྱལ་དུས་དང་ང་ཚོའི་སྐྱུ་སྤྲེལ་གྱི་འཆོ་བ་
དང་། ང་ཚོའི་འབྲི་རས་དང་ཤེལ་རྫོང་སྤྲེང་། མ་ཟད་ཆོག་ལ་འབད་བཅོམ་གྱིད་པའི་
དབར་བར་ཐག་ཡོད་སྐབས་སྐྱུ་ཅལ་ནི་དོན་དངོས་གང་ཡིན་པ་ལ་གཤེལ་བའི་དགོས་འདུན་གྱི་
རྣམ་འགྱུར་ཁོ་ལ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དམིགས་བསལ་གྱིས་སྤོན་སྤྱོད་ཅན་དང་ཆེད་
ལས་མཁས་པ་ལུ་བྱང་ཆོར་བར་ཐག་འདི་མ་ཐུང་སྐྱུ་ནི་ཤིན་ཏུ་དགལ། འོན་ཀྱང་བར་ཐག་
འདི་མ་ཐུང་སྐབས་གཞི་ནས་ང་ཚོའི་འཆོ་བ་ཆ་ཆང་བ་དང་སྐྱུ་ཅལ་ནི་ང་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁ་བྱལ་
ཐབས་མེད་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

སེམས་ལ་བསྐྱེད་མཁའ་ལྟོས་པའི་ཁྱེད་པས་དེར་གོ་རྟོགས་མེད་པར་འཆར་
མཁའ་ལྟོས་པའི་རང་ཉིད་བསྐྱེད་མཁའ་ལྟོས་པའི་ཁྱེད་པས་ཞེས་ཡིན། འཆར་མཁའ་ལྟོས་པའི་

ང་ཚོས་དེར་རེ་འདུན་བྱེད་སྐབས་མིན་པར་དེའི་ཕྱོགས་སུ་སྒོ་སྒོ་བྱེད་ཀྱང་འཆར་གྱི་ཡོད།

སྐུལ་ཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཇི་འདྲ་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་འཆར་སྤང་འཛོལ་པར་འབད་ཀྱང་དེས་འབྲུལ་སྤང་སྒྲ་ཆོག་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྲེ་ཁྱིད་བྱེད། འཆོ་གནས་ཀྱི་གལ་གནད་ཤེས་རྟོགས་མ་བྱུང་པར་མི་ཞིག་གི་རྒྱས་པ་དང་སྐྱེས་སྒྲོལ་པ་གྱི་རིག་ཆ་ལ་གྱིས་རང་ཉིད་དང་དེའི་སྤྱད་ཞེན་ལ་དོ་གཤམ་དང་གལ་གནད་སྒྲོད་གྱི་ཡོད། དེས་མི་བྱེད་བྲག་པ་དེ་རང་གཙོ་བཟུང་དང་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་པར་ཁ་ཕྱོགས། ཁོས་རང་ཉིད་ཀྱང་རིང་དུ་གནས་པའི་སེམས་ཅན་ཞིག་དང་ཁྱེད་དུ་འཕགས་པའི་མི་ཞིག་ཏུ་ཆོར་པས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གྱིས་གཞོད་འཆེ་མང་པོ་བསྐྱེད་སྒྲེལ་བྱེད་ལ།

རྩོགས་མཐའ་མེད་པའི་འཐབ་ཆོལ་དང་དཀའ་སྤྱད་གི་རྒྱ་བྱེད་གྱི་ཡོད། རང་ཉིད་ནི་དངོས་པོ་ཞིག་གི་ཚུན་པོ་དང་དེ་དག་རེ་རེ་པན་ཚུན་འགལ་བ་ཡིན་པས་དེ་ནི་འགལ་ལྔའི་དགོས་འདུན་གྱི་དམག་ས་བདག་གི་བ་དང་བདག་གི་བ་མ་ཡིན་པའི་དབར་གྱི་བར་མཆས་མཐའ་མེད་པའི་འཐབ་ཆོད་ཀྱི་ལྟེ་བ་ཡིན་པ་དང་ཇི་སྤྱད་ང་ཚོ་རང་ཉིད་དང་ངའི་མ་ཟད་བདག་གི་བ་ལ་གལ་ཆེན་བཟུང་ན་ང་ཚོ་རང་ཉིད་དང་འཛུལ་སྤྱོད་ནང་འཐབ་ཆོད་འཕེལ་བསྐྱེད་བྱུང་བར་འགྱུར།

སྐུ་ཆལ་མཁན་ངོ་མ་ཞིག་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེངས་སྤྱེགས་དང་དེའི་དམིགས་ལུལ་གྱི་པ་རོལ་ན་ཡོད། ཁྱེད་དུ་འཕགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་རྒྱས་པ་ཡོད་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཚུལ་དུ་བཟུང་པས་འགལ་ལྔ་དང་འཐབ་ཆོལ་གྱི་མི་ཆེ་ཞིག་བཟོ་གི་ཡོད། ཆེ་བསྟོད་དང་ཆོལ་བསྟོད་སེམས་ལ་འཇིན་དུས་བདག་འཇིན་ལ་ངར་བསྐྱངས་ཤིང་བྱམ་ཞེས་སྐྱེན་པོའི་རང་བཞིན་བསྐྱེད་པ་དང་གྲུབ་འབྲས་གང་རུང་གིས་མཆོད་པ་ནི་མཛོན་གསལ་ཆེན་པོས་རིག་སྟོབས་ལ་གཞོད་འཆེ་ཅན་ཞིག་ཡིན། ཁེང་རྒྱུད་གིས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་འདོད་ཕྱོགས་སམ་ཡང་ན་རིག་ཆལ་གང་རུང་དང་རང་ཉིད་ངོས་འཇིན་གྱི་རྣམ་པ་གང་རུང་ལ་སྐུལ་ཁྱེན་གང་ལྟར་ཡང་ཆོར་བསྐྱེན་པོའི་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་འགྱུར་ལ་བཅོས་ཉེས་བཟོ་བ་དང་། ཆོར་བ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་བྱུང་གི་ཡོད། སྐུས་སྟོབས་ཀྱི་རིག་ཆལ་རང་ཉིད་སྤྱོད་གྱི་ཆགས་དུས་དང་། ངར་འཇིན་གྱི་རྣམ་པར་བྲགས་ཆེན་པོས་བསྐྱེད་པས།

ངས་བྱིས་དང་ངས་གསར་བཏོད་བྱས་ཞེས་པར་གལ་གནད་བཟུང་སྐབས་ཆོར་བ་སྐྱེན་པོའི་རང་བཞིན་དེ་ཉོན་ཏྲོ་ཆགས་གྱི་ཡོད། ང་ཚོ་དང་མི་དངོས་པོ་ཁོར་ལུག་དབར་གྱི་འབྲེལ་ལམ་ནང་ང་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་ཆོར་བའི་འགྲུལ་བསྐྱེད་ཡོད་ཆད་ལ་ང་ཚོས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཆེ་གཞི་ནས་སེམས་ནི་གྲུ་ཡངས་པོ་མཉེན་པོ་རང་ཉིད་སྤང་པའི་དགོས་མཁོ་དང་རྗེས་རྟོག་ལ་གང་སྐབས་ཇི་སྐབས་མིན་པར་གཞི་ནས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གཤགས་མི་བྱེད་པར་མི་སྤྱད་པ་དང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་ཆོར་བ་སྐྱེན་པོའི་རང་བཞིན་དེ་ཡོང་གི་ཡོད། མཛེས་སྤྱད་དང་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ཉིད་ལ་ཆོར་བ་སྐྱེན་པོའི་རང་བཞིན་དུ་ཞེན་ཆགས་བརྒྱུད་ནས་ཡོང་གི་མེད། དེ་ནི་བཅེ་བ་དང་ལྟན་རང་བཟོས་ཀྱི་འགལ་ལྔ་མེད་དུས་ཡོང་གི་ཡོད། ང་ཚོའི་ནང་སེམས་

ཐུག་ཞན་པོ་ཡོད་དུས་ང་ཚོ་ཐུག་ཅིང་དང་དབང་ཐང་བདག་དབང་བཅས་ཕྱི་རོལ་དུ་རྩོམས་པའི་
ནམ་པ་ཡོད་ཆད་ལ་ཅི་དགར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ང་ཚོའི་སེམས་སྟོང་པ་ཡིན་ཏུ་ས་ང་ཚོས་དངོས་པོ་བསྟུ་རུ་བ་ཁྱེད། གཤམ་ཉེ་ང་ཚོས་དེ་
བསྟུ་བ་རུ་བ་ན་ང་ཚོས་རང་ཉིད་ང་ཚོས་ཡིད་རྟོང་བ་ངོས་འཛིན་ཁྱེད་པའི་དངོས་པོས་མཐའ་
བསྐྱར་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོས་དེ་དག་ལ་གཤམ་གནད་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་འཛིང་བའི་སྐྱེན་གྱིས་ང་ཚོ་
སྟུག་བསྟུལ་དང་གཉོར་བའི་ག་མང་པའི་དོན་རྟུ་འགན་ཁུར་ཅན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

ཐུ་ནག་གིས་སྒྲེང་བའི་ཐོད་ཀྱི་ཞིང་བྲན་བྲན་གསའི་ཉིན་མོ།

ལཱ་ཅིན་གྱིས་བརྒྱལ།

གཉེན་རྒྱུ་ཕུན་ཆོག་གས་ཀྱིས་བསྐྱུར། མཆོག་གས་ལྟོར་འཛིན་པ།

འདི་ལོ་རྒྱུ་ ༣༠༠༩ ལྷ་ ༡ ཆེས་ ༡༩ ཉིན། རྒྱ་ནག་གིས་ལོ་ལྟར་ལྷ་ ༣ ཆེས་ ༣༩ དེ་
 བོད་ཀྱི་ཁིང་བཀ་ཁྱི་ཆོ་བརྒྱ་བཅའ་ས་སྟོན་བྲན་གསེའི་ཉིན་མོ། ཞེས་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད་
 ལ། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྤང་བཅི་ཡང་བྱས་སོང་། རྒྱ་མཆོད་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ལོ་ངོ་ལྷ་བརྟེན་
 རེས་ཀྱི་དེ་རིང་གི་ཉིན་མོ་འདིར་གཞི་ནས་དྲུས་བྲན་འདི་འབྲེལ་གྱིས་བཅི་བྱས་པ་ཡིན་ནམ།
 ང་ཆོས་རི་ལྟར་གནད་དོན་འདི་ལ་ལྟ་དགོས་ཞེ་ན། འདི་ནི་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་ཁ་བྲལ་ངོ་ཚྏ་ལ་
 ཀྱི་འཐབ་ཚོད་བྱ་ཐབས་ཞིག་ཡིན་པ་སྟོས་མ་དགོས། འོན་ཀྱང་བྱེད་ཐབས་འདིས་རྒྱ་
 རྒྱ་གི་རེ་བ་ལྟར། ཁ་བྲལ་ངོ་ཚྏ་ལ་ཁ་བས་འདེགས་སྐྱབ་མི་བྱེད་པ་ཞིག་རེད། གང་ལ་ཞེ་ན།
 བོད་མིའི་གནད་དོན་ཀྱི་ངོ་བོ་དེ་ནང་ཁུལ་གྱི་བྲལ་རེས་འཐབ་ཚོད་ཅིག་མ་ཡིན་ལ། བོད་པ་རང་
 གི་ངོས་ནས་བཤད་ཀྱང་། ལོ་རྒྱུས་ལ་ངོས་ལེན་དང་། དེའི་ཁྲོད་ནས་ཉམས་སྦྱོང་ལ་བསྐྱབ་བྱ་
 རྒྱང་ན་གཞི་ནས་རེ་བ་ཡོད།

ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་ཡང་ཡང་བཅས་བསྐྱར་བྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན། དགོས་པ་
 ཞིག་ཤིང་ལ། རྒྱ་ནག་གིས་དབང་སྐྱར་མ་བྱས་གོང་ཁོ་ཚོས་ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ངོ་བོ་དེ་ནི་དུས་
 འབས་དེའི་ལོ་འོ་བ་སྤྱི་ཚོགས་ལས་ཀྱང་ཕྱམ་ནག་པའི་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་ཞིང་
 བཀ་ལམ་ལུགས། རིང་ཅེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཐོད་ཀྱི་དངོས་ཡོད་ལོ་རྒྱུས་དང་མཐུན་པའི་
 སྤྲུལ་ཆོག་ཅིག་ཡིན་ཟིན། ད་དུང་ཞིབ་འཇུག་བྱ་དགོས། ཡིན་ཡང་ཐོད་པའི་གཡོམ་ཐབས་
 མེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དངོས་དོན་ཞིག་ནི། སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་ཡང་སྐབས་ཆབ་སྲིད་དང་དབུ་
 འཁྱུར། ཞེས་ཡོན། ཚན་རིག་རིག་གཞུང་ལ་སོགས་ཚུགས་གང་ཐད་ནས་ཆེས་ལུས་ཡིན།

གལ་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་ལ་དེ་སྟོབས་ཆེན་པོ་དང་། དར་ཁྱུས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན། རྒྱ་ནག་གིས་
བཅན་བཟུང་བྱེད་མི་ཐུབ་ལ། བརྟམ་བཅོས་དེ་བས་དཔེན།

ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་ལ་དེ་ཡང་མཐུས་ཕྱིན་པའི་བཅོས་བསྐྱུར་ཞིག་བྱས་ཏེ། རང་སློ་
བརྒྱབ་པ་ནས་སློ་བྱེད་གོས་པ་དང་། རྗེས་ལུས་ནས་ཡར་ཐོན་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་དགོས་པ་ཞིག་
རེད། འོན་ཀྱང་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་ལ་རང་འདི་འདྲའི་གཞི་བཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལས་འགན་
ལེགས་བྱུང་བྱེད་ཐུབ་མཁན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྟོབས་ལུགས་ཤིག་མེད་ལ། སྐབས་དེར། ལྷའི་
དབང་སྐྱུར་འོག་ཏུ་ཚུད་པའི་ཐོད་རྒྱུ་ལ་རང་མཚོན་ན། བསམ་ཤེས་ཅན་གྱི་མི་སྣ་དེ་བྱང་ཕྱད།
སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་སྟོབས་ལུགས་གསར་པ་ཞིག་ཐོན་ཐུབ་ཀྱི་མེད། ཐོད་རང་གིས་
སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་ལ་འཕེལ་ལྷགས་ལ་བསྐྱུར་བཅོས་བྱེད་པའི་ནང་ཁྲུལ་སྟོབས་ལུགས་གང་ཡང་
མེད་པའི་འོག་ འདུ་ཤེས་ཐད། ལྷ་མེད་སྤྱི་ཚོགས་ཐོད་ཀྱི་ལྷའི་དབང་སྐྱུར་ཁ་གཏད་གཅིག་རྒྱུར་
ཞུས་པ་དང་། དཔག་དོན་ཐད། སྟོབས་ལུགས་ཆེན་པོས་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་ལ་ཡོངས་སུ་མེད་པར་
བཟོ་ཐུབ་མཁན་གྱི་རྒྱ་ནག་དེ་སྐབས་དེའི་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་མཁན་གྱི་ཕྱིའི་
སྟོབས་ལུགས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།

རྒྱ་ནག་གིས་ཐོད་བཅན་བཟུང་བྱས་ནས་མི་ལོ་ ༦༠ རང་དུ། ཆབ་སྲིད་ལས་འགུལ་
རབས་དང་རིམ་བས་སྒེལ་ནས། དགོན་པ་སྟོང་ཆོ་ཁ་ཤས་ཙུག་ཏོར་དང་ཐོད་མི་ཁྲི་ཆོ་བཀལ་
བ་དམར་གསོད་བཏང་བ་དེ་ནི། ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བྱུང་མ་ཚུངས་པའི་ཐུག་ཤི་ཐེབས་པའི་
ཐེན་ཐོ་བཏོན་པ་རེད་ལ། དེ་བཞིན་ཆབ་སྲིད་ལས་ལུགས་དེ་ཡང་སྤར་བཞིན་སྲིད་དབང་སྒྲེར་
གཅོད་ལམ་ལུགས་ཡིན། ཐོད་ལ་ལག་བསྟར་བྱས་པའི་ཤེས་ཡོན་སྲིད་རྒྱུས་དེ་ཡང་བཟོ་སྐྱུར་
སྟོབ་གསོ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་ལ་དང་བསྐྱུར་ན། རྒྱ་དམར་ཐོད་ལ་སྒེལ་བས་པའི་
རྗེས། ཐོད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ནུས་པ་ཡང་མངོན་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་།
རྒྱ་གཞུང་གིས་སྤྱི་ཚོགས་ཐོན་སྐྱེད་འབྲེལ་ལམ་དང་ཆབ་སྲིད་ལས་ལུགས། ཤེས་ཡོན་ལམ་
ལུགས་སོགས་ལ་བསྐྱུར་བཅོས་བྱས་ཡོད་ལ། དམངས་གཙོ་བཅོས་བསྐྱུར་བཅོས་པའི་ནང་དུ།
དགོན་པ་དང་སྐྱེད་གཞི་མི་དཔོན་སོགས་ཀྱི་ལག་ནས་ས་ཁོང་དང་སྤྱུགས་ཐོག་སོགས་བཅན་
འཕྲོག་གིས། ཐོན་སྐྱེད་རྒྱ་ཆ་དེ་དག་བསྐྱུར་དུ་བལྟོ་འབྲེལ་ས་བྱས་པ་དང་། ཁེ་ཕན་ཐོབ་མཁན་
གྱི་གལ་རིམ་ཡིན་པས་ཆ་ནས། སྐབས་དེའི་ཐོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་མི་སྣ་དག་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་དབང་
སྐྱུར་གལ་རིམ་གཞན་ལྟར། ཐོན་སྐྱེད་རྒྱ་ཆ་བསྐྱུར་དུ་བལྟོ་འབྲེལ་ས་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་
ལ་འཕེལ་ལྷགས་བསྐྱུར་བཅོས་ཐད། དགའ་མོས་དང་སློ་ལེམས་ཀྱི་ནུས་འགྱུར་གང་ཡང་བསྟན་
མེད་ལ། དེ་ལས་ཚྭ་གཉིས་ལོ་རྒྱུས་ཡང་བྱས་ཡོད། འདིའི་ཐད་དཀར་མཛེས་དང་ བདེ་ཆེན་ཁྲུལ་
ཀན་རྫོང་། དེ་བཞིན་མཚོ་ཐོན་དང་ལྷ་ས་ཁྲུལ་སོགས་གང་དུ་ཡིན་ཅུང་། གཅིག་མཚུངས་རེད།
དེ་མིན། རྒྱ་དམར་གྱིས་བཅན་འཕྲུལ་བྱས་པས་རྒྱུན་གྱིས་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དེ་འང་རང་དབང་
མེད་པར། རང་སློ་བརྒྱབ་པ་ནས་ཕྱི་ཕྱོགས་ལ་སློ་དབྱེད་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་པ་དང་། བསམ་སྒྲུའི་

ལུ་བ་ཕྱོགས་པས་རྒྱ་ནག་ལ་བཅན་འཛུལ་བྱས་པ་དེས་རྒྱ་ནག་གི་བསམ་སྒྲིལ་ཁྲིམ་
 ལ་སྒྲིལ་འབྱེད་པ་དང་བཅིངས་སྒྲིལ་གྱི་ལས་འགུལ་སྒྲིལ་འདེད་བཏང་ཡོད་ལ། ཇུས་དེ་ནས་
 བཟུང་། རྒྱ་ནག་གི་ཞེས་ཡོན་པ་ཆོའི་བསམ་སྒྲིལ་དེ་ཁྲུང་ཅི་དང་སྤྱིང་ཅིའི་ལྷ་བྱལ་ཕྱོགས་བཀས་
 བཞོད་རྒྱུད་འཛིན་གྱི་བསམ་སྒྲིལ་འཆིང་རྒྱས་མ་བཅིངས་པར། ཁོ་ཆོའི་ཁྲིད་ནས་མི་མང་པོ་
 ཞིག་གིས་མིག་རྒྱ་དེ་ལུ་བ་ཕྱོགས་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱེད་པའི་ཚོགས་ལ་བཞག་སྟེ། མིག་རྒྱང་རིང་
 བོས་འཇམ་སྤྱིང་ལ་ལྷ་མཁན་ཚོགས་པ་བྱུང་ཡོད་ལ། གཞན་གྱི་དགེ་མཆན་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱས་ཏེ་
 ས་རོལ་པོ་ཁ་གཏད་གཅིག་དགོས་ཞེས་པའི་བསམ་སྒྲོལ་འདོན་མཁན་ཡང་བྱུང་ཡོད། ཇུས་
 དེ་ནས་བཟུང་རྒྱ་ནག་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཉིང་པའི་བཀས་བཞོད་རྒྱུད་འཛིན་གྱི་བསམ་སྒྲིལ་དང་ལས་
 ལུགས་ལ་ངོ་ཚྏ་པ་དང་། ལུ་བ་ཕྱོགས་བཅན་རྒྱལ་པའི་མི་སེར་དབང་སྒྱུར་ལ་ངོ་ཚྏ་ལ་བྱས་ཏེ་
 རྒྱལ་སྒྲོབ་གྱི་ལས་འགུལ་འགོ་ཤུ་གས་པ་དང་། མཐར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༡ ལོར་ལུགས་པག་ལོའི་
 གསར་བཟུང་ལངས་ཏེ་བཀས་བཞོད་རྒྱུད་འཛིན་གྱི་མན་རྒྱུའི་རྒྱལ་རབས་དེ་མགོ་ཉིང་བསྒྲོགས་
 པ་རེད་ལ། རིམ་པས་ཕྱིའི་བཅན་འཛུལ་བ་ཡང་ཕྱིར་འབྱུང་བྱས་ཡོད། རྒྱ་ནག་གིས་མི་འགའ་

ཤས་ཀྱིས་ཀྱང་། དངོས་ཡོད་དག་ཁས་ལེན་བྱེད་པ་དང་། ཁོ་ཚོས་ཀྱང་ཉེ་རབས་ཀྱི་ཉལ་ཐའི་
 དམག་འཁྱུག་གིས་ཀྱ་ནག་གི་མི་ནམས་གཉིད་ལས་སད་དུ་བཅུག་པ་དང་ཀྱ་མའི་མཐོང་ཀྱ་
 ཆེ་དུ་བཏང་བ། སྤྱི་ཚོགས་གྲུ་ཡངས་སྤར་བས་ཆེ་དུ་བྱིན་བ། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཉིང་
 པ་དག་གསར་སྐྱར་ཀྱི་སྤྱལ་འདེད་བཏང་བ། དེ་ལྟར་རེད་ལ། གལ་སྲིད་ ༡༩༩༠ལོ་ནས་འགོ་
 བཅུགས་པའི་རྒྱལ་ཕྱོགས་ཀྱལ་ཁབ་ཀྱིས་ཀྱ་ནག་ལ་བཅན་འཇུག་མེད་ན། ཀྱ་ནག་ཏུ་དམངས་
 གཙོའི་གསར་བཞེ་བྱུང་ནས་མན་རྒྱའི་ཀྱལ་རབས་ཀྱི་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་དབང་སྐྱར་
 མཇུག་སྤྱི་ལ་བའི་དུས་ཆོད་དེ། དུས་ལུན་རིང་པོ་ཞིག་གི་རྗེས་མ་གཏོགས། ༡༩༡༡ལོར་རྩ་
 བ་ནས་ཡོང་མི་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། དེར་བརྟེན། རྒྱལ་ཕྱོགས་པའི་བཅན་འཇུག་ཀྱིས་ཀྱ་ནག་གི་
 སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་ཀྱས་མཁྱོགས་སུ་བཏང་བ་དང་དེ་ལ་སྤྱལ་འདེད་ཀྱང་བྱས་ཡོད། དེ་དང་འཕ་
 བར། སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་བོད་ལ། ཀྱ་ནག་གིས་བློ་ལོས་བཅན་འཇུག་སྐྱེའམ་མེད་པར། དེ་
 རིང་སྤྱ་མཐུང་རང་བཅན་གནས་ཡོད་ན། ད་ལྟའི་བར། ལྟའི་དབང་སྐྱར་འོག་ཡོད་པའི་བོད་དེ།
 རང་ངོས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ལམ་ལུགས་ལ་མཐེལ་བྱིན་པའི་བཅོས་བསྐྱར་ཞིག་རྩ་བ་ནས་བྱེད་
 མི་བྱུང་ལ། བསམ་སྒོ་གྲུ་ཡངས་དོག་གི་གནས་ཆད་དེ་ཡང་ད་ལྟ་ལས་ཞན་ངེས། དེར་བརྟེན།
 ཀྱ་ནག་གི་བཅན་འཇུག་དེས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་ཀྱས་མཁྱོགས་སུ་གཏོང་བར་སྤྱལ་
 འདེད་ཀྱི་རུས་པ་ཐོན་ཡོད།

གོང་ནས་མཐོང་བུལ་བ་ཞིག་ལ། ཀྱ་ནག་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཉིང་པ་དང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་
 ཉིང་པ་གཉིས་ཀྱི་གནས་སྡངས་འདྲ་པོ་རེད་ལ། གཉིས་ཀའི་ནང་སྒོ་བརྒྱལ་སྟེ་དབུལ་པོངས་
 དང་རྗེས་ལུས་ཀྱི་སྐབས་སུ། ཀྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྒོ་མོ་བཅན་འཇུག་བས་བྱེ་ནས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
 བཅོས་སྐྱར་དེ་ཡང་བྱེད་སྟོབས་ལྷགས་ཀྱིས་སྤྱལ་འདེད་བཏང་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། མཚན་
 ཉིད་རིག་པའི་ཐོག་ནས་བཞོད་ན། བྱ་དངོས་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་གཅིག་ནས་གཉིས་སུ་བྱས་ཏེ་
 ལྟ་དགོས་པ་དང་། བྱ་དངོས་ཀྱི་ངོ་བོ་གཉིས་ལྟན་ཀྱི་རང་བཞིན་མཐོང་བར་བྱ་དགོས།
 རྒྱལ་ཕྱོགས་མི་སེར་སྤེལ་མཁན་ཀྱིས་ཀྱ་ནག་ལ་བཅན་འཇུག་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཀྱ་གཞུང་གིས་
 བོད་ལ་བཅན་བཟུང་དང་དབང་སྐྱར་ཡིན་ནའང་འདྲ། རན་ཕྱོགས་ཀྱི་གོད་ཆག་བཅོས་པ་དང་
 མཉམ་དུ། ར་ཚོས་ངོས་ལེན་མི་བྱེད་ཀ་མེད་ཀྱི་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྗེ་ཐུང་ཡང་མཐོང་ཀྱི་
 ཡོད། འོན་ཀྱང་ཀྱ་ནག་དང་བོད་ལ་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷགས་རྒྱུ་ནས། རན་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷགས་རྒྱུ་
 གང་མང་ཐེབས་ཡོད་ཅེ་ན། ཆང་མས་མཐོང་གསལ་ལ། རྒྱལ་ཕྱོགས་བཅན་ཀྱལ་བས་ཀྱ་ནག་
 ནང་འཇུག་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཀྱ་གཞུང་གིས་བོད་ལ་བཅན་བཟུང་བྱས་པ་གང་ཡིན་རུང་། ཁོ་
 ཚོའི་རྩ་བའི་དམིགས་ལུལ་ནི་དཀའ་ཕྱག་འོག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཀྱ་མའི་མི་དམངས་དང་བོད་ཀྱི་མི་
 དམངས་སྐྱོབ་པར་ཡོང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ་རང་ཉིད་ཁོ་ནའི་ཁེ་ཕན་ཆེད་དུ།
 ཐོན་ཁུངས་འཕྲོག་བཅོམ་སོགས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ལ་གཞིགས་པའི་བྱ་སྒོ་གཉེར་བ་དང་། ཐ་
 ན་བདག་དབང་ཡོད་སྒོར་ཡང་བཞོད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱལ་ཕྱོགས་བཅན་ཀྱལ་བས་ཀྱ་ནག་དང་། ཀྱ་

ཐེད་དུ་བཅུག་ཡོད། འོན་ཏེ་དེ་ཙམ་ཉེན་མོ་འདི་འདྲ་ཞིག་གཏན་འཁེབས་བྱས་པ་དེས། རྒྱ་
གཞུང་གིས་དེ་འདྲིན་ལྟར། ཁ་གྲུ་འོ་ཁྱོལ་ལ་ཁོ་ཆོས་ཞབས་འདེགས་བསྐྱབ་སྐབ་བཅ་ཞེ་ན།
མི་སྐབ་པ་ཞིག་དེད་ལ། རྒྱ་མཆན་ནི་དེར་སྐབས་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་གྱི་འོ་ཁོ་འདི་ནི་བོད་མི་
ནང་ཁུལ་གྱི་གྲུ་འོ་ཁྱོལ་ལ་ཁྱོ་ཞིག་མ་ཡིན། སྤྱི་ཆོགས་ཤིག་གི་ནང་ཁུལ་འགལ་ཁྱོ་དེ་འདྲི་
ཆོང་ར་ཆེ་རུང་། སྤྱི་ཆོགས་འཁུགས་ཀྱིས་བཅན་འཇུ་ལ་ཐེད་སྐབས། སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་འགལ་ཁྱོ་
དེ་སྤྱི་ཆོགས་འཇུ་ལ་འགྲོག་ཁྱོལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ཉེ་ནང་ཁུལ་གྱི་འགལ་ཁྱོ་དེ་དེ་མ་བཞིན་གཉིས་
པར་འབྱུར་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན། འཛམ་གླིང་དམག་ཆེན་གཉིས་པའི་སྐབས། གོ་མིན་ཉང་དང་
གྲང་ཁན་ཉང་གཉིས་དབར་དབང་ཆ་ཆོད་དེས་ཀྱི་འགལ་ཁྱོ་འོ་ཁྱོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད། འོན་ཀྱང་
འཇུ་ལ་པན་གྱིས་བཅན་འཇུ་ལ་བྱས་པའི་གནས་སྐབས་འོག་མཉམ་འབྲེལ་གྱིས་འཇུ་ལ་པན་ལ་
འགྲོག་ཁྱོལ་མི་ཐེད་ཀ་མེད་ཀྱུར། དེ་དང་གཅིག་མཆུངས། མི་ལོ་ ༦༠ ལོར་རྒྱ་གཞུང་གིས་
བོད་ལ་བཅན་འཇུ་ལ་ཐེད་སྐབས། བོད་དེ་དེ་འདྲི་ཆེས་ལུས་དང་། གྲུ་འོ་ཁྱོལ་ལ་པན་དབང་
སྐྱར་དེ་འདྲི་སྐབས་རྒྱ་ལ་ཆེ་བ་དང་། ནང་ཁུལ་གྱི་འགལ་ཁྱོ་དེ་འདྲི་ཆོང་ར་ཆེ་རུང་། སྤྱི་ཆོགས་
ནག་གིས་བཅན་འཇུ་ལ་ཡོང་བའི་གནས་སྐབས་འོག་མཉམ་སྐབས་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱིས་སྤྱི་ཆོགས་ཁྱོལ་གྱི་རྒྱ་
ནི་སྤྱི་ཆོགས་མ་དགོས་པ་ཞིག་དང་། བོད་ཀྱི་དབང་སྐྱར་གྲུ་འོ་ཁྱོལ་ལ་པན་ཆོར་མི་དེགས་དང་ཆོས་
ལུགས། རྒྱ་ལ་ཁབ་ཀྱི་དར་ཆ་འབྱུར་རྒྱུ་འོ་ཁྱོལ་ལ་པན་ལོད་ལ་འབྱུར་སྐབས་པ་ཞིག་ཀྱང་དེད། ད་
ལྟའི་ཆར་བོད་ནང་ཁུལ་གྱི་གྲུ་འོ་ཁྱོལ་ལ་ཁྱོ་ནི་གང་འཆམ་སེལ་ཡོད་པ་དང་། ཐ་ན་ཡོད་མེད་
ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱི་མཛོན་པར་མི་གསལ་བ་ཀྱུར་ཡོད།

བོད་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ཆེད་པ་དེ་ཡང་ཆེས་ལུས་དང་ནང་སྤྱི་བཟུབ་པ། བཟུབ་ཀྱི་ཞིག་ཡོད་
པ་ཞིག་ཡིན། དེར་བཞེན་ལྟའི་དབང་སྐྱར་འོག་གས་འབར་ཐེད་མ་སྐབས་པ་ཙམ་མ་གཏོགས།
ཡར་ཐོན་དང་ཆེས་ལུས། བཟུབ་ཀྱི་ཞིག་གྲུ་འོ་ཁྱོལ་ལ་ཁྱོ་ཞིག་ཀྱི་འགལ་ཁྱོ་ཡོད་པ་ནི་སྤྱི་ཆོགས་མ་
དགོས། འོན་ཀྱང་ཡོ་རྫོང་ ༦༠ ཆེས་ཀྱི་དེད་སྐབས། ང་ཆོས་གསལ་པོར་མཐོང་སྐབས་པ་ཞིག་ནི་
བོད་ནང་ཁུལ་གྱི་གྲུ་འོ་ཁྱོལ་ལ་ཁྱོ་དེ་ཆུང་ནས་ཆེ་ཆུང་དུ་ཕྱིན་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་ཐོག་མར།
བསམ་སྤྱི་ཐད་བཞིན་ན། བོད་ཕྱི་ནང་གཏང་དུ་ཡིན་རུང་། སྤྱི་ཆོགས་ནས་ཡངས་སུ་ཕྱིན་
ཉེ་སྤྱི་ཆོགས་གྲུ་ཡངས་ཀྱི་གནས་ཆད་དེ་གོ་མ་གང་མདུན་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱིས་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་
ཡོད། ཐོན་སྤྱི་ཆོགས་ཆེད་པ་དང་ལམ་ལུགས་ལ་མཆོན་ན་ཡང་། རྒྱ་ལ་ཁྱོ་ཆོགས་དུ་ཕྱིན་
པའི་བཅན་ཁྱོལ་བོད་གཞུང་གིས་ ༡༩༩༥ ལོར་བཏོན་པའི་ ༩ བོད་དེགས་ཡོངས་ལ་མིང་
དོན་མཆུངས་པའི་རང་སྤྱི་ཆོགས་ཐབས་ཀྱི་བསམ་འཆར་དེ་ཡིག་ཆ་དེའི་ནང་། ས་ཞིང་ཕྱིར་
སྤྱི་ཆོགས་ཐོན་སྤྱི་ཆོགས་འབྲེལ་ལམ་ཆེད་པ་བསྐྱར་གསལ་ཐད་ཀྱི་ནང་དོན་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མེད།
ཆབ་སྤྱི་ཆོགས་ལམ་ལུགས་ཐོག་བཞིན་ན་ཡང་། སྤྱི་ཆོགས་ལྟ་དུང་མ་འདྲང་བའི་ཆ་སྤྱི་ཆོགས་ཤིག་
ཡོད་ཀྱང་། ཅ་བའི་ཆ་ནས་ཕྱི་སྤྱི་ཆོགས་སུ་ཡོད་པའི་བཅན་ཁྱོལ་བོད་གཞུང་གིས་དམངས་གཙོའི་
ལམ་གྱི་སྤྱི་ཆོགས་སུ་གོ་མ་པ་སྤྱི་བཞིན་ཡོད་ལ། དེ་སྤྱི་བོད་ལ་ཡོད་པའི་སྐབས་དང་བསྐྱར་

ན། ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཕྱིན་ཡོད། དེ་ཙམ་མ་ཟད་ཏུ་ལའི་སྒྲིག་མས་ཉག་ཏུ་བོད་ལ་ཕྱིར་ལོག་པའི་
 དུས་དེ་ནས་བཟུང་། ཁོང་རང་གིས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གོ་གནས་གང་ཡང་གཟུང་གི་མིན་ལ། དབུ་
 ཁྲིད་དེ་ཡང་མི་དམངས་རོས་ནས་འོས་འདེམས་བྱེད་དགོས་ཞེས་ནན་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཐ་
 ནན་ལྟ་བུ་བཙན་བྱོལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་སུ་ནས་བཟུངས་ཡོལ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་དགོངས་པ་བཞེས་
 བཞིན་ཡོད་སྟེ་ཡང་གསུངས་ཡོད།

མདོར་ན། རྒྱ་གཞུང་གིས་བོད་ས་བཙན་བཟུང་བུས་ནས་ལོ་༢༠ཇེས་ཀྱི་དེ་རིང་གི་
 ཉེན་མོར་བོད་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕྱིར་མིག་ཅིག་བཟུངས་ན། བོད་ནང་གི་ཇེས་ལུས་དང་ཡར་རྒྱས་
 གཉིས་བར་ལ་གྲལ་རིམ་འགལ་སྒྲུབ་དེ་ཞི་འཇགས་དང་། ཉེན་རེ་བཞིན་རེ་ཆུང་དུ་འང་འགྲོ་བཞིན་
 ཡོད་མོད། དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ། རྒྱ་གཞུང་དང་བོད་མིའི་དབར་གྱི་འགལ་སྒྲུབ་ཞི་ཞོ་རྒྱུ་དང་ཆེ་
 རུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དཔལ་འབྱོར་ཐད་ནས་བརྗོད་ན། མི་འཛོམས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཆེ་ཆེར་ཕྱིན་པར་
 བརྟེན། བོད་མི་དག་མཐའ་ཕྱད་བཏང་བའི་ཆད་གཞི་དེ་ཡང་སྤར་བྱུང་སྟེང་མེད་པ་ཞིག་ལ་
 སླེབས་ཡོད། ད་ལྟ་བོད་ནང་བོད་མིས་གཉེར་བའི་ཕན་བྱུང་གནས་རིམ་ཡོད་པའི་བཟོ་ལས་ཁང་
 དང་ཆོང་ཁང་རེ་བྱང་ཡང་ཏ་ལམ་མཐོང་རྒྱ་མེད་ལ། ཐན་བར་སྟོར་ཁྲིམ་གཞུང་གིས་བོད་པ་དེ་
 དག་ཀྱང་པལ་ཆེར་ཕྱིར་སྤྱད་བུས་ཆར་ཡོད། རིག་གཞུང་ཁྱབ་ཁོངས་ནས་བརྗོད་ན། བོད་མི་
 མི་རབས་གསར་པ་ཆོས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་ཚོམ་རིག་སོགས་གཉིད་རིང་བའི་རིག་གཞུང་ལ་
 རྒྱས་མངའ་ལྟ་ཅི། ཐན་རྒྱུན་གཏན་གྱི་སྐད་ཆའི་ཁྲིད་དུ་ཡང་། བོད་སྐད་གཙང་མ་ཞིག་རྒྱག་མི་
 ཐུབ་པར་རྒྱ་སྐད་བསེས་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཁོང་དུ་བརྗོད་པ་འདི་ཆོད་ཁྲིད་ཀྱི་འགལ་སྒྲུབ་དེ་
 དག་རྒྱ་གཞུང་གིས་བོད་ལ་དབང་སྒྱུར་བུས་ནས་ཆད་གཞི་མཐོ་བའི་གྲལ་དུ་སླེབས་ཡོད། ད་
 དྲུང་ཉེན་རེ་བཞིན་རེ་དག་ཏུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། འགལ་སྒྲུབ་འདི་ཆོད་ཆ་བཞི་རྒྱ་ནག་གིས་རྒྱ་སྤྱི་
 རིང་ལུགས་དང་མི་མེར་རིང་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་རེད།

མི་ལོ་༢༠ལོ་ལ་། གལ་སྲིད་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་བཙན་བཟུང་དེ་བོད་ནང་ཁུལ་གྱི་གསར་
 སྤྱིས་ཡར་ཐོན་གྱི་སྤྱོད་པས་ལུགས་ཤིག་གིས་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་ཡོད་ན། དེ་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
 ཐོག་སྐབས་ཆེན་པོའི་བྱ་འགྲུལ་ཞིག་ཡིན་པ་སྟེ་མི་དགོས། རྒྱ་གཞུང་གིས་བོད་ལ་བཙན་
 བཟུང་དང་། དབང་སྒྱུར་གྱི་རོ་བོ་ལ་བྱུང་པར་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། གསར་སྤྱིས་སྤྱོད་པས་
 ལུགས་དེས་བོད་ཀྱི་ལུས་ལ་བོད་མི་རྒྱ་སྤྱི་དང་ཐན་སྤྱི་སྟོབ་གསོ་ལག་བཟུང་བྱེད་པའི་
 དགོས་པ་མེད་ལ། བོད་མི་ནམས་མཐའ་ཕྱད་བཏང་སྟེ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཁེ་ཕན་ཡང་འགྲོག་མི་
 སྤྱི། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་བདག་གཙུག་དང་རྒྱན་འཛིན་ལ་ཡང་དགའ་ངལ་ཆེན་པོ་
 འདི་འདྲ་ཡོད་མི་སྲིད་པ་ཞིག་རེད།

རང་གིས་རང་ལ་བོད་མི་དམངས་ཀྱི་སྤྱོད་པས་མགོན་ཡིན་པར་སྟོག་པའི་རྒྱ་གཞུང་།
 དེར་སྐབས་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་གྱི་རོ་བོ་ནི་བཙན་འཇུག་དེ་ལ་འགོག་ཞོལ་དང་། མི་མེར་སླེལ་

བ་ལ་འགོག་ཆོལ་གྱི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། བོད་མི་ནང་ཁུལ་གྱི་གྲུ་མེས་འཐབ་ཚོད་
 ཅིག་མ་ཡིན། སྤྱིར་ད་ལྟ་བོད་ནང་ཁུལ་ལ་ད་དུང་ཡར་ཐོན་དང་རྗེས་ལུས་དབར་གྱི་འགལ་ཆ་
 མཐའ་དག་སེལ་ཏེ་གང་ཡང་ལྷག་མེད་ཅེས་བརྗོད་མི་ཐོད་ཀྱང་། འགལ་ཆ་དེ་ཡང་འདས་པའི་
 དུས་རབས་བྱེད་ཀ་ལྷག་གི་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཐོབ་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་གང་འཚམས་སེལ་
 ཡོད། མ་འོངས་པར་ད་དུང་ཉིན་རེ་བཞིན་རྗེ་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་ངེས་རེད་ལ། ལྷག་པར་དུ་ཕྱི་མི་
 སེར་དབང་སྐྱར་འོག་ བོད་རིགས་ཡོངས་ཀྱི་འཚོ་གནས་སྤར་བྱུང་མ་སྟེང་བའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་
 འཕྲད་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགལ་ཆ་གཙོ་བོ་དེ་ཡང་མི་སེར་དབང་
 སྐྱར་ལ་འགོག་ཆོལ་བྱ་རྒྱ་དེ་རེད། དེར་བརྟེན། ཞིང་བཅན་བཅེངས་སྟོལ་ཉིན་མོར་སྤང་བཅེ་
 དང་དེལ་བསྐྱགས་བྱེད་པ་ནི་སྟོག་མེད་པའི་བྱེད་ཐབས་ཤིག་དང་བྱེད་ཐབས་ཐད་པའི་གནས་
 སྤངས་འོག་གི་ཐབས་ལམ་ཞིག་རེད་ལ། དེ་ནི་འབྲས་མེད་ཀྱི་ངལ་བ་ཞིག་ཀྱང་རེད། བཅེ་བའི་
 བོད་མི་ཚོ། རྒྱ་གཞུང་གིས་བོད་རྒྱུ་དང་དེལ་བསྐྱགས་བྱེད་སྐབས། རྒྱ་ལྟ་དང་ལྟ་སྟོག་
 ཡོད་མེད་པ་ཞིག་རེད་ལ། འོན་ཀྱང་ཅ་བའི་ཆ་ནས་བཤད་ན། བོད་རྒྱུ་དང་དེ་ནི་ནང་སྟོ་བརྒྱུ་
 རྟེ་བྱི་སྟོགས་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་དང་། དཔུལ་ཕོངས་དང་རྗེས་ལུས་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དངོས་
 ཡོད་ཡིན། དག་འབྲུད་བྱེད་ཀྱང་སྐབ་པ་ཞིག་མ་རེད་ལ། ལོ་རྒྱས་ལ་དག་འབྲུད་དང་གཡོལ་
 ཐབས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུར་འཛིན་པ་ནི་ཉིན་ཁ་ཆེ་ཤོས་ཡིན། ལོ་རྒྱས་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་དེ་ཞིང་
 དགོས་པ་ཞིག་མིན་ལ། དངོས་གནས་ཞིང་དགོས་པ་ནི་ལོ་རྒྱས་ལ་དག་འབྲུད་དང་གཡོལ་
 ཐབས་བྱེད་པ་དེ་རེད། དེར་བརྟེན་དངོས་བདེན། ཚན་རིག་དང་མ་སྤྱོད་པའི་ཐོག་ནས། རང་ཉིད་
 ཀྱི་ལོ་རྒྱས་ལ་སྟོགས་བསྟོམས་དང་ངོས་འཛིན། རང་སྟོན་རང་བརྗོད་ཀྱི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་
 རང་གིས་རང་ལ་ཁུ་དག་གིས་ལོ་རྒྱས་ཐོན་བསྐྱབ་བྱ་ལེན་རྒྱ་དེ་ནི་ཡང་དག་པའི་ཐབས་གཅིག་
 ལུ་དེ་རེད། ༡༩༩༠ ལོའི་ཉལ་ཐའི་དམག་འཁྲུག་ནས་བཟུང་། རྒྱ་ནག་གིས་ཀྱང་ཐོག་མཐའ་
 བར་གསུམ་དུ་གཞན་གྱིས་རང་དགར་སྐབ་ཚོད་དང་བརྟེན་བཅོས་བྱས་ཏེ་དཀའ་སྤྱུག་དང་
 ཡིད་སྤྱོ་བའི་ལོ་རྒྱ་བརྒྱད་ཡོད་ལ། དུས་དེ་ནས་བཟུང་རྒྱ་མིས་ཕྱི་ལོ་བཅོན་རྒྱལ་ལ་ཆོལ་བ་དང་
 རང་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་ལ་ཆོལ་བའི་སྐབས་ཆེན་གྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་ལས་འགྲུལ་སྐྱེལ་ཡོད་
 ། དེའི་ཐོན་རྣམས་རྗེས་ལུས་ཐེབས་ན་དུང་རྟེན་ཤིག་ ཅེས་པའི་བདེན་དོན་སྟོགས་བསྟོམས་བྱས་
 པ་རེད། རྒྱ་ནག་གིས་དེར་སྐབས་དེ་བསྐྱབ་བྱར་བཟུང་སྟེ་བསྐྱར་དུ་རྗེས་ལུས་མི་ཐེབས་པ་དང་
 བསྐྱར་དུ་གཞན་གྱི་བརྟེན་བཅོས་མི་ཡོང་བར། རང་ཉིད་ལ་བརྟེན་སྤྱོད་དང་མི་རབས་རྗེས་མ་
 ཚོར་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱ་གཤིག་ཡོད། དེར་བརྟེན་ངས་བོད་མིས་ཀྱང་གང་སྤྱར་དེ་ལྟར་ལོ་རྒྱས་ལ་ངོས་
 འཛིན་དང་བསྐྱབ་བྱ་ལེན་པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

བྱེད་ཀྱི་ཡོད།” བེ་ཆ་སུན་གྱིས་ཉུ་སན་ཡིང་མཐོང་སྐབས། ཅུ་བཞིན་བཤད་རྒྱུ་ “ཁོ་ཆོ་
 ཡུང་སྤྱིན་བདག་གི་ནང་ནས་རེད། ཁོ་ཆོ་མེ་རྒྱར་སྤྱི་ལོ་གཙང་པོ་འགྲན་གྱི་ས་ཆ་ནམས་
 ཡུང་སྤྱིན་བདག་གི་རེད། ཉེ་བའི་ལོ་འགའི་རིང་གི་ཉ་ཁལ་ཁྱིར་ཤོག་གལ་ཏེ་མ་སྤྲད་ན་ལྷ་ལན་
 དེའི་ཆབ་ཉུ་ཁྱིར་རྒྱ་ཡིན་”ཟེས། གང་མཆམས་སོང་རྗེས་ཞབས་འབྲང་བ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ལྷ་ལན་
 ཁྱིར་འགོ་བཙམས། ཉུ་སན་ཡིང་གིས་ལྷ་ལན་གཡོལ་ནས་བཤད་རྒྱུ་ “གཙང་པོ་འདིའི་
 གལ་ས་གཡོན་གྱི་རི་རྒྱ་ནགས་གསུམ་ཆ་ཆང་གནའ་སྤྱོད་ནས་གནམ་གྲན་མས་གཙང་འགྲམ་
 གྱི་མི་དམངས་ལ་འཆོ་གནས་སུ་གནང་བ་རེད། ལས་སྤྱོད་ཉམ་བུ་བཤད་ན་འགྲིག་གམ།”
 སྐབས་དེར་སྤྱི་སྤྱོད་ཞབས་ཀྱིས་“ཁ་མང་དེ། དེ་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱངས་”ཞེས་བཤད། ཉུ་
 སན་ཡིང་གིས་སྒྲོར་ལྷ་ཞིག་བྱས་རྗེས། སྤྱི་སྤྱོད་ཞབས་རྒྱང་རིང་མིན་མཆམས་ཀྱིས་ས་འབྲུར་
 ཞིག་གི་སྤྱིང་དུ་ལངས་ནས་ལག་ཉུ་སྤྱོད་མདག་གི་ལྷག་ཆན་ཞིག་བཟུང་ནས་ཞབས་འབྲང་བ་ལ་
 བཀོད་འདོམས་བྱེད་པ་མཐོང་།

ཡུང་སྤྱིན་བདག་གི་སྤྱི་སྤྱོད་ཞབས་ཀྱི་ནང་ཆང་ཐོབ་དང་གོ་ས་ད་དུང་དཔལ་འབྱོར་
 སོགས་རྒྱས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད་སྤྱི་སྤྱོད་ཞབས་ཀྱིས་དག་ཅལ་ཡང་སྤྲུག་ཅུ་མ་ཤིས་སྐབས། ཉམ་
 རྒྱན་མི་དམངས་ལ་མཐོང་རྒྱུ་དང་གཉའ་གཞོན། སྤྱི་ས་བ་པོ་ལ་བརྟུན་བཅོས། མོ་ནམས་
 བཙན་འཕྲོག་གི་བྱ་ལས་ངན་པ་སྤེལ་གྱིན་ཡོད་ཀྱིན། ཉམ་རྒྱང་བའི་མི་སེར་ཆོས་ཁོ་
 མཐོང་སྐབས་སེམས་གཏིང་ནས་སྤང་བྱུག་ནས་མ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད། ཞབས་འབྲང་བས་སྤྱི་སྤྱོད་
 ཞབས་ཀྱི་བཀའ་བཀོད་དེ་མཐོང་འཕྲལ། ཁོ་ཆོ་རྒྱལ་ཆེན་པོ་དང་ཉུ་སན་ཡིང་གི་མཐའ་
 སྒྲོར་ནས་འཐབ་འཛིང་བྱས། འོན་ཀྱང་ཁོ་ཆོས་རི་དྲགས་རྗེན་ནས་འཆར་བའི་ཉུ་སན་
 ཡིང་གི་ཁ་གཏད་བྱེད་གལ་བྱུག། གང་མཆམས་ཀྱི་རྗེས་ལ་ཞབས་འབྲང་བ་ཁ་ཤས་ཉུ་སན་
 ཡིང་གིས་ཐང་ལ་བསྐྱེད། ལྷག་མ་ནམས་ཐག་རིང་མིན་མཆམས་སུ་སྤྲད་ཅོ་བརྒྱབ་ནས་བསྤྲད་
 བ་ལས་དངོས་སུ་འཐབ་འཛིང་དང་སྤྱིང་རྒྱུག་གི་སྤྱོད་པ་ཁུམ་བར་ཡུར། བེ་ལྷ་ལན་གྱིས་སྤྱོད་
 བྱར་དུ་སྤྲད་ཅོ་བརྒྱབ་པོའི་སྐབས་དེར། ཉུ་སན་ཡིང་གི་མགོ་རྒྱབ་ཉུ་རྒྱང་ལུང་གི་སྤྱོད་ཞིག་
 ཐོས། ཉུ་སན་ཡིང་ལ་བསམ་ཡོང་བྱུང་ཡོང་མེད་པར་སྤྱོད་གས་སྤྱོད་སུ་གཏད་དེ་འཕྲལ་
 མདའ་དེ་མཐོགས་སྤྱར་ངང་འཕངས། རྒྱང་མ་འགོར་བར། ཁོའི་ན་བས་ཐོས་ཤིང་མཐོང་ཡོང་
 བཞི་བྱུག་དུའི་སྤྲད་ཅོ་ཞིག་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞབས་ཁྱིམ་དམར་གྱིས་སྤྲགས་ནས་ས་རུ་འབྲེལ་དེ་
 ཆོ་ཡི་མཐའ་ཅན་དུ་ཡུར་བ་དེ་རེད། མ་གཞི་སྤྱི་སྤྱོད་ཞབས་ཀྱིས་ཁོའི་ཞབས་འབྲང་བས་
 ཉུ་སན་ཡིང་གི་ཁ་གཏད་མི་ཡོང་བ་མཐོང་འཕྲལ། ཉུ་སན་ཡིང་གྲ་སྤྱིག་ཅི་ཡང་མེད་པར་
 གཡེང་ཡོད་པའི་སྐབས་དང་བརྟུན་དེ་སྤྱོད་ནས་༼གསེར་འབྲུག་མཆོ་༽ཐོན་གྱི་འབྲུག་ཅལ་
 ལྷན་པའི་སྤྱོད་མདོག་ལྷག་ཆན་དེ་ཉུ་སན་ཡིང་གི་སྤྱོད་སུ་གཏད་དེ་སྐབས་དེར་ཉུ་སན་
 ཡིང་གིས་འཕངས་བའི་མདའ་ལ་ཉི་མ་དགུ་གཏོར་གྱི་མདའ་ཟེར། མདའ་དེ་འབྲུག་སྤེམ་དག་
 ལུང་ངང་སྤྱོད་མདོག་ལྷག་ཆན་གྱི་ཅེ་རུ་ཐེབས། ལྷག་ཆན་གྱི་ཅེ་མོ་བྱིར་ལོག།

གཤམ་གྱི་ནང་ལ་རུ་ཁུ་སྐྱོན་ལེད་གིས་སྟོ་སྟོགས་ཀྱི་པོའི་སྟག་ནག་བསད་པ་མ་ཟད། རྟགས་ཚལ་
དྲ་ཅད་སྟག་པོ་ནང་གི་རྟེན་སྟེན་ཁྱི་སྦྱང་དེ་ཡང་བསད་སྟབས་རིམ་བཞིན་ནལ་གཅི་ཚང་མས་
ཁོ་མདུན་རྩལ་ལ་རང་དབང་ཚབ་ཡོད་པ་གཅིག་ཆེས་གཉིས་མ་ཐུད་གིས་གོ་

ཉིན་ཞིག་དམག་དཔོན་གྱིས་རྒྱ་ཁྱིམ་ན་ཡོང་ལ་བཤད་རྒྱུར། “ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་ཕྱོག་རྒྱུ་
 ཞིག་ཡོད། ཕྱོག་རྒྱུ་དེར་འཛིགས་སུ་རུང་ལ་ཡ་མཚུག་ཆེ་བའི་གཙན་གཟན་ཞིག་གནས།
 གཙན་གཟན་དེས་དམག་མི་དང་འགྲུལ་བཞུད་པ་མང་པོ་ཟ་ཆར་བས། དེས་བར་དུ་ཁྱིད་སོང་
 བས་གཙན་གཟན་དེ་རྩ་མེད་བཟོ་དགོས་”ཅེས་བཤད།

ཉིན་གཉིས་པར། ཏུ་ཅུ་སྐད་ཡིང་གིས་རི་ཆུ་ནགས་གསུམ་བཟལ་ནས་འཛིགས་ཏུང་གི་ཁྲིག་རོང་དེར་སོང་། ཁྲིག་རོང་དེའི་ནང་ལ་ཡ་མཆན་པའི་བྲག་རྫོང་དག་གཟེངས་མཛོལ་གྱིན་དུ་གཤེད་པ་སྡི་ཤིང་གི་རིགས་ཡོངས་ལོགས་སྐྱམས་སེང་དུ་གྱུར་ནས་ཡོད། ༡ ཉང་སངས་པའི་སྐབས་དེར་༽ ཁྲོ་བྱར་དུ་ཁྲིག་རོང་ནས་བྱ་དང་རི་དྲགས་སྡེ་ཆོགས་དངངས་འཚབ་དང་བཅས་ཐལ་ཆུང་བྲག་ཏུ་འཕྱར་བཞིན་གང་སར་བྱོས། སྐང་ཆེན་ཞིག་འཛིགས་དངངས་ཆེན་པོས་ངང་བྲེལ་ཆུག་བྲས། ཉག་ཉག་དེར་དུག་སྐྱལ་འཛིགས་སུ་ཏུང་བ་ཞིག་གིས་སྐང་ཆེན་དེའི་ཇེས་བདས། ཁྲིག་དམར་འཛིགས་པའི་ཁ་ཆེན་བཟད་དེ། དུག་ཕྱེ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་སྐྱ་དང་བཅས་དུག་ཆུ་གཏོར་གྱིན་ཇེས་འདེད་བྲས། སྐང་ཆེན་དེ་འཕྱར་བ་ཅི་བཞིན་བྲག་ཕྱག་གཞན་ཞིག་ཏུ་འཕྱེལ། འཛིགས་དངངས་སྡེར་པའི་གཙན་གཟན་དེ་འདྲའི། ཏུ་ཅུ་སྐད་ཡིང་གིས་མཛོང་ཚྱོང་མེད་ཀྱིན་དེ་མ་ཐག་ཁ་གདངས་མིག་བཟད་ཀྱིན་ཐོམ་ཐོམ་དུ་གྱུར།

ཐོག་རྩོད་ནས་ཕྱིར་ཡོང་ཟེས། ཉུ་ཁུ་སཀ་ལིང་གིས་ནམ་རྒྱུ་མོ་བརྒྱབས་ནས་ཕྱིར་
འབྱུང་བྱེད་ཀྱི་མེད་པ་མ་ཟད་ཐོག་རྩོད་དུ་དུག་སྐྱུ་ལ་བསད་སོང་བའི་གནས་ཚུལ་ཡང་སྐོང་
འདོད་ཀྱི་ཡི་ག་གཉིང་ནས་ཆད། དམག་མི་ཆོས་ཉུ་ཁུ་སཀ་ལིང་དུག་སྐྱུ་ལ་ཞེད་འདུག་ཅེས་
བཤད། དེ་ནི་ཉུ་ཁུ་སཀ་ལིང་ལ་ཡང་ཁག་མེད། ཁོའི་མདའ་རེ་གཉིས་དེའི་སྐྱག་དང་ཁྱི་
སྒྲུང་གི་ཁ་གཏད་ཆོད་ཀྱང་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་དུག་སྐྱུ་ལ་ཀྱི་ཁ་གཏད་གཙག་དཀའ། དེས་
གནས་ལག་གང་འབྲང་འགྲུལ་དགོས་པ་འང་ཤེས་དཀའ་བ་ཞིག་རེད།

ཆེ་ཕྱིན་ཙམ་གྱི་རྗེས་ལ་ཉམ་ཆུང་བའི་ཡུལ་མི་གང་མང་ཞིག་དུ་ངག་འཛར་འཛར་ངང་
 དམག་སྒར་དུ་ཡོང་། མ་གཤིས་ཐོང་སྡེ་དེའི་བྱིས་པ་སྐོར་ཞིག་ཁ་སང་ཐོག་ཡུག་འཛོེ་དུ་རི་འགོར་
 སོང་། ལམ་ནོར་ཐེབས་ཏེ་སྐོག་རྩོད་དེར་བྱིན། འཛོེ་ཐོག་དང་འཛོེ་མཁན་ཆ་ཆང་བྱིར་ཡོང་རྒྱ་
 མེད་རྒྱུ་ཡུལ་མི་མཉམ་པ་ཁ་གསུང་དུ་བཞིན་མིང་ནས་འབོད་ཀྱིན་རབ་དུ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལ་སྐྱུར།
 དུའུ་སུ་ཡིང་དེ་མ་ཐག་མེས་ས་ལ་ཞེ་སྤང་མེ་ལྷར་འབར་དེ་བྲང་གཞུང་ན་སྤང་བྲུག་བར་མེད་
 དུ་འབོར། ཁོང་ནས་ཁྱོད་འདི་མཉམ་ར་གཙོང་ནི་བཟོད་ཐབས་བྲལ་བས། བྱིར་འབོར་ཏེ་
 མདའ་གཤི་དང་མདའ་ར་སྤངས་ཏེ་སྐོག་རྩོད་གི་སྐོག་ས་སྐྱབས་ཆེན་པོའི་ངང་འར་
 རྒྱག་བྱས། དུའུ་སུ་ཡིང་སྐོག་རྩོད་དུ་སྡེབས་སྐྱབས། ཁོས་སྤར་གྱི་སྤང་ཆེན་དེ་མཚོང་།

སྐྱུང་ཆེན་དེའི་ཕུས་མོ་ས་ལ་བཙུགས་ཏེ་ཏུའུ་སན་ལིང་ལ་བཞུགས་པའི་བཟང་བསྟན། ཁོ་སྐྱུང་ཆེན་ལ་བཞུགས་ནས། གྲོག་རྒྱུ་རྒྱུ་ཕྱིན། བྲག་ཕུག་ཅིག་གི་སྒོ་འགྲམ་དུ་སྒྲེབས་དུས་འགྲོ་བའི་མཚམས་བཞག་ ཁོས་དེ་ནི་སྐྱུང་ཕུག་ཡིན་པ་ཐག་གིས་ཆོད་བསམ་ནས་། མདའ་ར་ནས་མདའ་བཏོན་དེ་བྲག་ཕུག་ཏུ་གཏད་དེ་བྲག་ས་ཀྱིས་འཕངས། མདའ་དེ་གནམ་ལྷགས་ཀྱི་ཐོག་མདའ་བཞིན་སྒྲོག་དམར་འབྲུག་ ཐོས་ཡོང་བ་ནི་རྒྱ་བ་ལས་འགོངས་པའི་སྒྲ་ཞིག་སྟེ། བྲག་ཕུག་གི་གཡས་གཡོན་ན་བྲག་རྩོད་འགྲེལ་ཅིང་བྲག་ཕུག་ཞིག་ཉིལ་དུ་སོང་བ་དེ་རེད། ཐལ་རྒྱུང་རབ་ཏུ་འཚུབས། སྐྱུང་ཆེན་ཀྱིས་ཏུའུ་སན་ལིང་ཁྱེད་ནས་ཕྱིར་འཁོར་ཏེ་བྲོས། དུག་སྐྱུལ་དེ་བྲག་ཕུག་ནས་སྒོ་བྱར་དུ་ཐོན་དེ་སྐྱུང་ཆེན་གྱི་རྗེས་འདེད་བྱས། སྐབས་དེར་གྲུ་དོག་པའི་བྲག་རྒྱུ་རྒྱུ་ཕྱིར་འཁོར་རྒྱུ་གང་གང་སར་འཕྱུར།

དུག་སྐྱུལ་ནས་དུག་རྒྱུ་ཆར་ཆར་ངང་གཏོར། སྐབས་དེར་ནམ་མཁའ་ཡང་ནག་སྐྱུག་ཏུ་གྱུར་ནས་ཉི་མ་ཡང་མི་མཐོང་བར་གྱུར། དུག་སྐྱུལ་གྱི་དབྱེལ་དཀྱིལ་མིག་རྒྱུང་སྒྲོག་འོད་འབྲུག་པ་བཞིན་ཁ་རིག་ངང་དུག་རྒྱུང་ས་ནག་སྐྱུག་གི་ཁོད་ན་མཐོང་བྱུང། སྐྱུང་ཆེན་དང་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་གདུག་རྒྱུ་ཆར་ཆེན་པོས་ངང་མཆོང་ཡོད་སྐབས། ཏུའུ་སན་ལིང་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་དེ་མདའ་ཐག་ལ་མདའ་གཉིས་སྒྲོད་དེ་བྲག་ས་ཀྱིས་འཕངས། མདའ་དེའི་ཕུས་ནས་མེ་སྐྱག་ཆད་ཅིང་གནམ་ལྷགས་ཐོག་ལྷར་མཁྱེགས་ལ་སྒྲོག་དམར་འབྲུག་པ་ཅི་བཞིན་དུག་སྐྱུལ་གྱི་དབྱེལ་བའི་མིག་རྒྱུང་ལ་ཐེབས། དུག་སྐྱུལ་ཡོང་ཐུན་དུ་གྱུར་རྗེས། ཐལ་འཚུབ་ཆེ་ལ་ན་ལྷག་བཟོད་སྐྱགས་མེད་ཡང་། ད་དུང་རྣོད་བལ་བའི་མདའ་མོ་བཞིན་ཏུའུ་སན་ལིང་གི་སྟེང་དུ་མཆོངས། སྐབས་དེར་སྐྱུང་ཆེན་གཡས་ཕྱོགས་ཀྱི་བྲག་ཕུག་ཅིག་ཏུ་ཡོལ་བྱེད། དུག་སྐྱུལ་སྟོང་མཆོང་བྱས་པས། མདའ་མོས་ཀྱི་བྲག་རི་ལ་བཟངས་ཏེ། ཐལ་རྒྱུང་འཚུབ་ཅིང་ལྷག་དུ་འབྱེན་བཞིན་ས་ལ་འབྱེལ་དེ་ལ།

གང་མཚམས་སོང་རྗེས་དུག་རྒྱུང་ས་ཡོངས་སུ་བྱངས། ཏུའུ་སན་ལིང་གྲོག་རྒྱུ་རྒྱུ་ཕྱིར་ཐོན། ཐལ་རྒྱུང་བྲག་ཏུ་འཕྱུར་བའི་བྲག་རྒྱུ་རྒྱུ་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ་སྟོད་གོས་དཀར་ལ་སྐྱུ་མདོག་གི་སྒྲ་ཤམ་ཅན་གྱི་བྲུ་མོ་མཛེས་མ་ཞིག་མཐོང་། ཏུའུ་སན་ལིང་གིས་གཅིག་བཏྲས་རྗེས། མི་བདེན་དངོས་གནས་པེ་ཤུ་ལན་ཡིན་མི་སྟེང་ཅེས་ཏང་སངས་བཞིན་ཁེར་བ་ཤད་བྱས། “དངོས་གནས་ཁོད་ཡིན་ནམ།” སྐབས་དེར་པེ་ཤུ་ལན་གྱི་བཞིན་རས་དམར་པོ་གྱུར་ནས། བཤད་རྒྱུར། “ཏུའུ་སན་ལིང་ཁོད་ཆོའི་ནང་མི་ལ་བྱེན་ཆེན་ཡིན། མ་ཐད་དང་བཅེ་བ་ཏ་ཅང་ཐབ་ད་ཁོད་དང་གྲེས་བྲལ་བྱེད་ག་ལ་བྱུང།”

ཏུའུ་སན་ལིང་ལ་མཚན་དུ་གྱུར་ནས་ཤུ་ལན་མཆོ་དུ་ལྷེབས་ནས་ཤི་བ་མ་ཡིན་ནམ། འོ་ན་བྲུ་མོ་འདི་ཏུའུ་སན་ལིང་ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར། པེ་ཤུ་ལན་ཁོང་དགོད་ཅིག་བྲས་ནས་བཤད་རྒྱུར། “ཏུའུ་སྐྱུ་མོ་ཁོས་བཏྲས་ན་ད་ལྟེ་དང་ཡང་ན་གདོན་འདྲེ་གང་རུང་ཞིག་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་གམ། དངོས་གནས་ཁོད་བསམ་སྒོ་ཞིག་ཐོངས་དང་། ཉ་བའི་བྲུ་མོ་ཞིག་མཆོ་དུ་

འབྲུག་ཡོད་པ་མ་ཟད། མ་ཡི་ལེས་བཟུལ་གྱི་སྒྲིལ་ཡང་ཡང་འཐམ་ཞིང་འོ་སྒྲོར་བ་དེར་
བལྟས་ན་གྲིས་བ་བསམ་མེད་ཅིག་རང་གི་ཨ་མར་འཐམ་བ་དང་འདྲ། “སྒྲིང་སྒྲིག་ལགས།
ངས་ཁྱེད་རང་དྲན་དེས་”ཞེས་མ་ཡི་ལེས་ངག་འདར་ཞིང་མགྱོན་བ་བཟངས་ནས་བརྗོད། བཟ་
ཤིས་ཀྱིས་མོའི་མིག་རྩ་ལག་པས་འབྱེད་ཞོར། “ཡ་མ་དུ་དང་ང་ཚོས་འབྲེལ་བ་བྱ་ཆོག་ནི་
རེད། སེམས་ཁྲུལ་མ་བྱེད་” ཅེས་སེམས་གསོ་ཡི་ཚུལ་དུ་སྒྲིས་བ་དང་ལྟན་ཆངས་འཁོར་འཁྱོ་
རན་པའི་དུང་བརྟེན་གྲགས་སོང་བས་འབྲུལ་མི་དག་ཆངས་འཁོར་ནང་དུ་འཛུལ། ཡིན་ན་
ཡང་མོ་ཆངས་འཁོར་གྱི་སྒྲིས་འཛེགས་སྒྲིང་ནས་སྒྲར་རྒྱགས་འོང་སྟེ་ཆེས་མཐའ་མའི་འོ་ཞིག་
བྱས་ནས་བྱད་སོང་། རྒྱ་ལུ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ་ཆངས་འཁོར་སོང་ཐེས་བཟུལ་གྱིས་ལ་
སྒྲོ་སྒྲར་གྱིས་ཁེངས་འདུག ཁོང་གིས་ལམ་སང་རང་གི་ཁྱག་མའི་ནང་གི་མ་ཡི་ལེས་བཞག་
པའི་དངོས་པོ་དེ་ཁ་བྱས་ནས་ལྟ་དུས་དུས་ཁང་གི་འཛིན་ཡིག་ཅིག་དང་དེའི་གསང་བའི་ཨང་
གངས་རེད། མ་གཞི་ཁོས་སྒྲར་ནས་མཐོང་ཡོད་པ་འདྲ། དེར་མིན་ན་དངོས་པོ་ཁ་མ་བྱས་གོང་
དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་དགའ་བ་ཞིག་རེད་མི་འདུག་གམ། མ་གཞི་ཁོ་ལ་འཕྲོ་འདྲི་པ་དེ་ཐོབ་
སོང་བས་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་བཏང་སྟེ་ལྟ་མོ་ལ་ཁ་པར་བཏང་། “ཨ་ལྟོགས། དང་བརྟེན་ཡོད་པ་
འདྲ་ཁ་པར་ཞིག་ཀྱང་མི་གཏོང་གི” “དེ་རིང་ཉི་མ་རྒྱབ་ནས་ཤར་སོང་པ་འདྲ་དེ་མིན་ན་
མཛེས་མ་མ་རེག་པ་ཡིན་ཐག་ཆོད་” ག་རེ་ཡ། ད་སྐད་ཆ་དེ་འདྲ་མི་བཤད་ནི་བྲ། གཟའ་
སྤུན་པ་འདིར་ཤོག་དང་རེད་གཉིས་ཀྱིས་མཉམ་དུ་ཟ་མ་བཟུ། “ང་ཡོང་རྒྱར་སྒྲིག་གི
ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱབ་མདུན་གང་ན་ཡང་མཛེས་མ་ཚོས་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད་དམ་” “ཡ། ཡོང་
གི་མིན་ནམ། ང་ཁྱེད་ལ་དངོས་གནས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་”ཅེས་སྐད་ལྷགས་དག་པོས་སྒྲིས་བ་ན་
མོས། “ཡ། རྒྱང་མ་ལངས་དང་ཡོང་ཨེ་བྱུབ་ལྟ” “ཡ་ཡ་ཡ་ཡ་ཡོ་ན་གཟའ་སྤུན་པར་མཇུག་
ཡོང་”ཞེས་ཁ་པར་སྒྲོ་བརྒྱབ་ནས་བྱར་ནང་ལ་ལོག།

རྒྱ་བ་གཅིག་ཙམ་འཁོར་བའི་ཉིན་མོ་ཞིག་ལ་སྒྲན་ཁང་གི་ཨང་གངས་ལྟར་བང་
བསྒྲིགས་པའི་ནད་པའི་གས་ན་བཟུལ་གྱིས་ཡོད་འདུག གཡས་གཡོན་གྱི་ནད་པ་དག་ལ་བལྟས་
ན་ཀླན་གཞོན་དར་གསུམ་ཡོད་ལ་མང་ཆེ་བ་ཀླན་པ་རེད། ལས་བཟང་བ་རེད་ཟེར་ན་འགྲིག་
ལ་རང་གི་མི་ཆེ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་བ་དེ་འགྲིག་པ་རེད་ཟེར་ན་འང་ཆོག་པའི་ཀླན་ཀོན་འགའ་
ལ་རང་རང་གི་བྱ་དང་བྱོ་སོགས་ཀྱིས་གཏོར་ནི་ཡོད་ན་འང་འགའ་ཤས་ལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་རང་
རྒྱས་གང་ཡོད་ཀྱིས་འཁར་བར་བརྟེན་ནས་སྒྲན་པར་སྟོན་དུ་ཡོང་འདུག གོ་ཐོས་ལ་པོ་བྱེད་
ལ་བསྐད་པའི་ཀླན་ཀོན་འདི་དག་ལ་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱབ་ཐོངས་ཡོད་ནི་རེད་ཟེར་གང་ལྟར་ལོ་རྒྱས་
ཀྱི་རྒྱབ་ཐོངས་ཡོད་པའི་ཀླན་ཀོན་འདི་དག་འདི་ལྟར་ཉམ་ཆུང་གི་གནས་རིམ་ཞིག་ནས་འཆོ་
བཞིན་གངལ། རྒྱབས་དེར་ནད་གཡོག་གིས་”ཨང་གངས་དགུ་པ་ཤོག”ཅེས་སྐད་བཏང་

སྤྱི་ཤིང་ཅེས་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་བཤད་སོང་། ཨ་པས་ཡིད་ཆེས་སེམས་པའི་རྣམ་འགྲུར་གྱིས་མགོ་
 བོ་ལྷེ་ཙམ་བྱེད་བཞིན། དེས་ན་བཟུང་གིས་དུས་བཟང་གི་ཉིན་མོ་ཞིག་ལ་བསྐྱུ་བྱེད་གྲོག་དང་
 ང་ཆོའི་བྱ་མོ་ལ་གོན་པ་སོགས་གསལ་བྱེད་དེས་ཟེར་ནས་ཨ་ཅེར་ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་གཉིན་
 རྟགས་བརྒྱབས་ཟེར་ལ། ཨ་པས་ཐག་གཅོད་ཀྱི་སྐད་ཆ་དེ་དག་གིས་ཨ་ཅེར་དང་ཉི་མའི་རང་
 དབང་གི་བཅེ་དུང་སྐད་ཅིག་གིས་བཅོམ། ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་། ཨ་ཅེས་སྐྱུག་གི་སྤྱོད་ཀྱི་སྐད་
 མི་ཆད་ལ་ཉི་མ་དང་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་བཅེ་དུང་གི་བརྒྱད་རིམ་ལ་བྱིར་བྱ་རེ་བྱེད་བཞིན་ཉིན་མོ་
 ཟས་མི་བྱ་ལ། མཆན་མོ་གཉིད་ཀྱང་མི་ཁྲག་པར་ཉིན་མཆན་དུ་མར་འགོར་སོང་། ཡིན་ན་
 ཡང་ཨ་པས་ཐག་གཅོད་ལ་ང་ཆོ་སྐྱུས་ཀྱང་ཡ་ལན་བྱེད་མི་ཤོད་པས། མཐར་ཨ་ཅེ་སྐྱོ་བའི་
 མིག་ཚུ་དང་སྐྱོ་གཏམ་གྱི་སྤོང་ནས་གནས་ཡུལ་མི་འགྲིམས་ཀ་མེད་བྱུང་།

བཞི་པ།

ཨ་ཅེ་འདི་ལྟར་མི་འདོད་བཞིན་གནས་ཡུལ་འགྲིམས་པ་ནས་ཉི་མ་ཡང་དེས་སྐྱེན་བྱས་ཏེ་
 སེམས་ནད་བྱུང་སྟེ་སྤྱན་ཁང་དུ་ཉལ་ཡོད་པའི་སྐད་ཆ་དག་ཀྱང་མི་ཁའི་རྒྱུད་དམར་བརྒྱད་ནས་
 རྣ་ཙམ་བསྐྱེད་པས་ཡོང་། དེ་ལྟར་ཨ་ཅེ་གནས་ཡུལ་འགྲིམས་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་འགོར་བའི་ཉིན་མོ་
 ཞིག་ལ་ཨ་ཅེ་གངས་མཛེས་གནས་ཡུལ་ནས་བོར་ཞིང་ཉི་མ་སྤྱོད་བྱུང་སྤྱན་ཁང་ནས་བོར་བའི་
 དོན་སྐྱེན་ཞིག་རིམ་གྱིས་རྣ་ཙམ་འཆངས་བྱུང་། ཨ་པ་དང་སྤྱོད་པའི་མི་རྣམས་ཆ་ཆ་ལྷར་ལྷར་
 ངང་སྐྱོགས་བཞེ་མཆམས་བརྒྱད་ལ་བཅའ་ཉུ་བྱིན་སོང་། ཡིན་ན་ཡང་། སྐྱུས་ཀྱང་དོ་སྤྱང་མི་
 བྱེད་པའི་ཁུ་སིམ་སིམ་གྱི་ཆ་འགྲམ་དེ་ན། གངས་མཛེས་དང་ཉི་མ་གཉིས་སྤར་གྱི་སྤོང་ཆོད་
 ལྟར་འཛོམས་ཤིང་། “ངོ་མ་བཤད་ན་ལྷ་གཉིས་ཁ་ཁར་བྲལ་ནས་ཆུ་བ་དེ་དག་རིང་ལ་དགནས་
 ཡུལ་ནས་ཞིམ་པོ་ཟས་ལ་རོལ་འདོད་མེད་ལ། མཆན་མོར་གཉིད་ཀྱང་མི་ཁྲག་པས། གནས་
 ཡུལ་ན་ཟས་གོས་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མེད་ཀྱང་ཁྱོད་གཅིག་ཤིང་ཉིན་མཆན་དུ་བྱ་བེད་སེམས་
 རེར་ང་ངོ་མ་འཆོ་འདོད་མི་འདུག”ཅེས་གངས་མཛེས་ཀྱིས་སེམས་ཁོང་གི་སྐྱུག་བཟུང་མ་
 ལུས་ཉི་མ་ལ་བཤད་བཞིན་ཉི་མའི་བང་ཁར་མགོ་བོ་བསྐྱེས་ནས་དུ་བཞིན་འདུག། ཉི་མས་
 ཀྱང་“ཁྱོད་དང་བྲལ་བ་ནས་ང་ལ་སེམས་ནད་བྱུང་སྟེ་སྤྱན་ཁང་དུ་ཆུ་བ་གཉིས་སྐྱུག་ལ་ཉལ་བ་
 ཡིན་ལ། ལྷ་དང་ཐུག་རྒྱུ་ཆ་འགྲམ་དུ་འགྲོ་བེད་སེམས་རེར་ཁྱོད་བྱ་བེད་འོངས་ལ། ལྷག་པར་དུ་རྩི་
 བོ་མོ་མོ་རེ་བྱུང་མཉམ་དུ་འགྲོ་བ་མཐོང་ཆོ་ངའི་སྤྱོད་ལ་བཟོད་དཀའ་བའི་ན་ལྷག་སྤྱོད་གི་“ཞེས་
 མིག་བྱུང་ནས་མཆེ་མའི་ཐིགས་པ་རེ་རེ་མཁུར་ཆོའི་བརྒྱད་ནས་གངས་མཛེས་ཀྱི་མགོ་ཐོག་དུ་
 ལྷ་དང་བཞིན་ཡོད། གངས་མཛེས་“ང་ངོ་མ་ཁྱོད་དང་མཉམ་དུ་འཆོ་མ་སྐྱབ་ན་གི་ན་དགའ་ཞེས་
 ཉི་མས་དམ་པོར་འཐམ་ནས་འདུག་ལ། ཉི་མས་ཀྱང་“ཁྱོད་མེད་ན་མི་ཆོ་འདིར་འཆོ་བ་དོན་མེད་

པར་མཐོང་ཆོར་ཡོད་པའི་གྲོགས་པོ་ཆོར་དོན་ངོ་མ་ཁོང་ཆོས་ཅི་ཞིག་རིག་གི་ཡོད་མེད་ལ་
ཆོད་ལྟ་བུར་གྱི་ཡོད།

ཉིན་ཁ་ལས་སྡོམ། གྲོགས་བཟང་ཞིག་གིས་ངར་ལྟ་བུར་རྒྱུ་རྒྱུ་
ལྷང་གསེབ་ཁྲིན་ནས་བསྐྱེད་པས་བདག་གིས་ཁོ་མོར་ཅི་ཞིག་རིག་ཡོད་མེད་དེས་པར་ལ་
མཚན་པ་ཅི་ཡང་མི་འདུག་ཟེད། སལ་ཆེར་རང་ཉིད་དེས་ལན་དེ་ལྟ་བུར་གོ་མས་འདིས་ཐེབས་
པས་མིན་ནམ་སྐྱུ་ལ་གང་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་ན་བར་ཡོད་མ་ཆེས་པ་ཡིན་ཡང་སྤྲོད།

ལྷང་གསེབ་ཁྲིན་ན་ཆུ་ཆོད་གཅིག་ཙམ་བསྐྱོད་ཀྱང་དོ་སྤངས་བྱེད་རིན་ཆོག་པའི་དངོས་
པོ་ཅི་ཡང་མཐོང་རྒྱུ་མེད་པ་ནི་ཡིན་མི་སྤྲོད་ཅེས། རང་གིས་རང་ལ་དེ་བར་ཐལ། འཕྲོན་བྱེད་
རྒྱུ་གིས་མཐོང་མི་སྤྲོད་པ་བདག་རེག་ཆོར་ཁོ་ནར་བཞེན་ནས་རང་ཉིད་ལ་སྤྲོ་སྤངས་སྤྲོས་སྤྲོབ་
པའི་དངོས་པོ་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོ་ཉིད་སྤྲོད་ཀྱི་འདུག་ལ། ལག་གཉིས་ཀྱི་བཙེ་ཆོར་གྱིས་
ཤིང་སྟག་པའི་འོད་དཀར་གྱི་བགས་པའམ་ཡང་ན་རྒྱུ་ཤིང་ཁོད་མི་སྤྲོ་མས་པའི་ལྷག་པའི་
བགས་པར་རེག་གི་ཡོད། དེ་བྱེད་དུས་སུ་བདག་གིས་ལྷང་མར་རེག་གིན། དེ་བས་ཁོངས་ཤིང་
ཐེའུ་ཞིག་འཆོལ་སྟེགས་བྱེད་ལ་རང་རྒྱུང་ཁམས་ཀྱི་དགུན་ཉལ་ལས་བསད་པའི་སྤྲོ་བལྟས་དང་
པོ་དེ་འཆོལ་སྟེགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྐབས་དེར་གཅེས་སུ་རྒྱུང་བའི་མེ་ཏོག་དང་འཇམ་བཤེར་
ཀྱི་སྤྲོ་རིས་དག་ཆོར་གྱི་འདུག་ལ་ཁོད་མི་སྤྲོ་མས་པའི་འབར་འབྱར་དག་ཀྱང་ཏོགས་པར་བྱེད།
བདག་སྤྲོ་བྱུང་དུ་ལམ་འགྲོ་ཆེན་པོ་ཞིག་རྒྱགས་ཆོ། འཇམ་དལ་གྱིས་ལག་རྒྱུང་ལྷང་རྒྱུང་སྤྲོད་
འཛིག་སྤྲོད་ལ། བདག་གིས་བྱེད་རྒྱུ་རྒྱུ་གདངས་ལུན་སྤྲོ་མཆོག་པའི་སྤྲོ་དབངས་ཁྲིན་ན་
སྤྲོ་སྤངས་གི་མཆོངས་ལྡིང་བྱེད་པ་ཆོར་སྤྲོད། རྒྱུང་གང་བསེལ་གྱི་རྒྱ་ལྷན་དག་བདག་གི་མཆོབ་
མའི་སྤྲོ་བས་ནས་བྲེལ་འཆོབ་གྱིས་རྒྱགས་པར་ཉ་ཅང་དགལ། ཐང་ཤིང་ལོ་མ་ཡང་སྤྲོན་བལ་
དང་འདྲ་བར་རྒྱ་འཇམ་དག་སྤྲོ་ཐིང་དེར་ས་གདན་བཞིང་བ་དང་ཀྱན་ནས་མཆོངས་པས་རྒྱས་
སྤྲོས་ཅན་གྱི་པོ་འོ་སི་སི་གདན་རྒྱུང་དུ་ལས་དེ་བས་དགའ་བསྐྱེད་ཐོབ་དེས་སྤྲོ། ངའི་ངོས་ནས་
བཤད་ན་དུས་བཞིའི་མཛེས་སྤྲོངས་ནི་མི་སེམས་འགྲུལ་བ་དང་མ་ཟད་འཁྲུག་མི་ཆོར་པའི་སྤྲོས་
གར་ཞིག་དེའི་རྒྱུང་རྒྱུ་ལ་ནི་བདག་གི་མཆོབ་ཅེ་ནས་དེ་དེ་བཞིན་འཇམ་འདར་ཤོར་སོང་བ་
ཡིན།

སྐབས་དེ་བདག་གི་སེམས་ཁོངས་ནས་དུ་འཕོད་བྱེད་ཀྱིན་དངོས་པོ་ཡོད་ཆོད་མཐོང་
པའི་དེ་བ་སྤྲོ་མ་པ་རྒྱ་འཕོད་ལྟར་ཡིན་ལ། བདག་གི་རེག་ཆོར་ལ་བཞེན་ནས་དེ་ལྟ་བུར་སྤྲོ་སྤངས་
ཞིག་ཐོབ་ན་བདག་གིས་མཐོང་ཆོར་ལ་བཞེན་ཆོ། དེ་བས་མཛེས་སྤྲོད་ལུན་སྤྲོ་མཆོག་པ་
དུ་མ་ཞིག་སྤངས་སྤྲོད་ཀྱང་། ཡིན་ན་ཡང་མཐོང་ཆོར་ཡོད་པའི་མི་བྱེད་གིས་མཐོང་བ་ནི་ཉུང་
ཉུང་ཡིན། གོ་ལའི་ཁྲིན་མཆོན་མདོག་ནས་པར་བཟའིང་བྱེད་དེ་བས་སྤྲོ་མཆོག་ཀྱི་མེ་ཏོག་
བཟུམ་པ་བཞིན་མཛེས་སྤྲོད་གི་ཁོངས་པའི་ལུལ་སྤྲོངས་ལ་ཁོང་ཆོས་དེ་ནི་རང་ཉིད་ལ་འོས་
ཤིང་འཆོམས་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད། སལ་ཆེར་མའི་རིགས་ནི་དེ་ལྟར་ཡིན་མོད་ཀྱང་།

ཉུང་ཤུས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་དབང་བའི་དངོས་པོར་གཅེས་འཛིན་བྱེད་ཅིང་། ང་ཚོར་མེད་པའི་
དངོས་པོར་ཡང་རེ་འདོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འོད་སྤྲོད་ལྡན་པའི་གོ་ལའི་ཁྱོད་སྤྲོད་བྱུང་བ་ཀྱིས་མཐོང་
ཚོར་ཉུས་པ་དེ་མ་ཐུན་འགྱུར་སྟབས་བདེ་ཙམ་ལས་ཤུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཐབས་ཞིག་ནི་མ་
ཡིན་པས། དེ་ནི་དེ་འདྲའི་སྒོ་པམ་ཞིག་རེད་ཨང་། གལ་ཏེ་ངོ་མཚར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་
བདག་གི་འདོན་བྱེད་བྱང་བྱེ་སྟེ་བཟུ་ཚོགས་ན། དེ་མ་ཐག་སྤྲོད་ནས་བྱིར་ལོག་ངེས་ལ། བདག་
གིས་དུས་སྤང་དེ་ཆ་ཤས་གསུམ་ལ་བགོ་ངེས།

ཉིན་དང་པོར། བདག་གིས་མིར་བཟུ་ལ། ཁོང་ཚོའི་བབ་ཆགས་དང་།
གཤེས་འཇམ། རྫོང་ཀར་དང་། མཇེལ་བཅེས་བདག་གི་འཚོ་བ་བསྐྱུལ་རིན་ཡོད་པ་ཞིག་
བཟོ་ངེས། ཐོག་མར་བདག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕ་དང་། དགེ་ཤུགས། ལུས། ལྷན་ཉི་མལ་ལེ་མའི་
ཤིང་ཞལ་རས་ལ་ཡུན་རིང་བཟུ་ན་འདོད་ལ། ཁོང་བདག་གི་མདུན་ན་མེབས་ཏེ་ང་རང་ཚུང་
དུས་སྐབས་ནས་བདག་གི་ཆེད་དུ་བྱེ་རོལ་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཁ་བྱེ་སོང་བས། བདག་གིས་ཁོ་མོའི་
ཞལ་རས་དང་སྐྱ་རིས་ཁོ་ན་ཙམ་མིན་པར་བདག་གི་འཛུགས་ཁྱོད་ན་ཁོ་མོའི་ཞལ་རས་གཅེས་
ཉར་བྱེད་ངེས་ལ། མ་ཟད་ད་དུང་ཁོ་མོའི་ཞལ་རས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ། ཁོ་མོའི་ཐེངས་
དང་པོའི་གདུང་སེམས་མཉམ་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཞི་འཇམ་དང་། བཟོད་བསྐྱེད་ཆེ་ལ་གསོན་ཉམས་
ལྡན་པའི་རྣམ་པ་རྣམས་ངེས་པ་བྱེད་ངེས། ཁོ་མོ་ནི་བདག་གི་དཀའ་ཆོགས་ཆེ་བའི་སྒོ་བ་གསོའི་
འགན་འཁུལ་ལེགས་བྱུང་བ་དེ་རང་ཡིན་ལ། བདག་གི་རེ་བར་ཁོ་མོའི་འདོན་བྱེད་བྱང་ནས་
ཁོ་མོས་དཀའ་ངལ་མདུན་ན། རྫོང་བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་ཚུགས་པའི་གཤེས་ཉམས་དེ་
མཇལ་འདོད་ལ། མ་ཟད་ཁོ་མོས་རྒྱན་ལྡན་ནས་བདག་ལ་འགྲོ་བ་ཡོད་ཆད་ཀྱི་གདུང་སེམས་
མཉམ་བསྐྱེད་ཅིག་བྱིར་མཛོན་ལ་དེ་མཇལ་ན་འདོད།

ཉིན་དང་པོར། ཐེལ་འཚུབ་ཀྱི་ཉིན་ཞིག་ཡིན་སྟེ་པས་བདག་གིས་རང་ཉིད་
ཀྱི་གྲོགས་པོ་ཡོད་ཆད་འཁོད་ཏེ་ཁོང་ཚོར་གདོང་བར་ཡུན་རིང་བཟུ་ཞིང་། ཁོང་ཚོའི་ནང་
སེམས་ཀྱི་མཛེས་སྤྱད་དང་བྱེ་རོལ་གྱི་བྱས་ཐེས་དག་བདག་གིས་སེམས་ངོས་སུ་བརྟེན་ངེས་
ཡིན་ལ། རྒྱ་བདག་གིས་ཀྱང་མིག་གི་འོད་མདངས་བྱིས་པ་ཞིག་གི་ངོ་གདོང་སྟེང་མཚམས་
བཞག་སྟེ། འཚོ་བའི་འགལ་རྒྱན་སྒྲ་ཚོགས་སྟེན་གྱི་རེ་འདོད་དག་དང་འདྲ་བའི་བཅོས་མིན་
ཀྱི་མཛེས་སྤྱད་གི་འདུ་ཤེས་མ་བསྐྱེབས་པར་བདག་གིས་ཀྱང་འདོན་བྱེད་འོད་མདངས་བྱིས་པ་
ཞིག་གི་ངོ་གདོང་སྟེང་མཚམས་འཇོག་པར་བྱེད།

ད་དུང་བདག་གིས་སྟོང་ནས་ཡིད་ཆེས་པའི་ཁྱི་སྤྱག་ཚོའི་མིག་བྱང་དང་། སྤྱིད་ཆེ་
ལ་ཁྱི་སེམས་པའི་སེ་ཀེ་ཐེ། ཉག་ཅེ་དང་གཟུགས་སྟོབས་ཆེ་ལ། གོ་ཤེས་ཡོད་འི་རྟའི་འར་
ཀེ་བཅས་ལ་བཟུས་ཏེ། ཁོ་ཚོའི་སྟོ་སེམས་ལྡན་པའི་བྱིས་རྫོང་དང་། ད་དུང་ཚུགས་པོའི་སྟོ་
ནས་མཇེལ་འབྲེལ་གྱིས་བདག་ལ་ཆེས་ཆེ་བའི་སེམས་གསོ་བྱས་པ་དེ་ཐོབ་ཡོད།

ཐེལ་འཚུབ་ཀྱི་ཉིན་དང་པོར། བདག་གིས་ད་དུང་རང་ཉིད་ཁང་པའི་ནང་གི་སྟབས་

བདེའི་ཅ་དངོས་ལ་ལྟ་ཅམ་བྱེད་ལ། བདག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུ་ལོག་གི་ཐོ་སྦྱོར་ལྟ་
 བའི་ས་གདན་ཚུང་དུ་འཛིན་མཛོད་དང་། རྒྱུ་ལྟོང་གི་རི་མོ། ད་དུང་རིམ་བཞིན་ཁང་བ་
 དེ་སྦྱང་ཉེ་བའི་ཅེད་མོ་ཁང་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བར་ལྟ་འདོད་ལ། ཡིད་སྦྱོན་གྱུས་བཀྱར་གྱི་སྒོ་
 ནས་བདག་གི་མིག་ཟུང་གི་འོད་སྒྲུང་བསྐྱབས་སྦྱང་བའི་ལོང་ཡིག་དཔེ་དེ་བཞོག་ལྟར་སྦྱང་
 མ་ཟད། མཐོང་ཤེས་ཡོད་པའི་མི་ཆོས་བསྐྱབས་པའི་བར་ཡིག་དཔེ་དེ་བཞོག་ལྟར་སྦྱང་། བདག་
 གི་རྒྱན་རིང་བའི་སྦྱན་ནག་གི་ཆེ་གང་དུང་། བདག་གིས་བསྐྱབས་ཐེན་པ་དང་གཞན་
 ཆོས་བདག་ལ་སྒྲོག་ནས་ཉན་དུ་འཇུག་པའི་དེ་བཞོག་གཟེ་བཞིན་ལྟ་པའི་ལམ་སྦྱོན་སྦྱོན་མེ་སྟེ།
 བདག་གི་ཕྱིར། མི་ཆེ་དང་སེམས་ཀྱི་དབྱས་ན་ཆེས་གཉིང་ཟབ་པའི་བྱ་ལམ་སྦྱོན་མཁན་ཞིག་
 ཏུ་འགྱུར་སོང་བ་ཡིན།

བདག་གི་མཐོང་སྒྲུབ་པའི་ཉན་དང་པོའི་ཕྱི་རོང་རང་ནགས་ཁོད་དུ་བསྐྱེད་པས་ནས་རིམ་
 བཞིན་ཐག་རིང་དུ་ཐེངས་གཅིག་བསྟོན། བདག་གི་མིག་ཟུང་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་མཛེས་སྟོན་
 ཁོད་ནས་སྦྱོར་བར་བྱེད་ཅིང་ཚོད་ཁ་ཤས་ནང་མཐོང་ཆོར་ཡོད་པའི་མི་ཁོ་ཆོས་མདུན་ན་རྒྱན་
 དུ་ནས་འོད་མདངས་རྣམས་པར་བཟུང་ཞིང་མཐོང་ལས་པའི་ངོ་མཆར་ཅན་སྦྱང་བཞོག་ལ་སྦྱོར་
 གཉིང་གིས་རྒྱལ་བའི་ཐེན་བྱེད་ལ། ནགས་གསེབ་ཀྱི་སྦྱོར་གསེབ་ལས་ཕྱིར་ལོག་པའི་ལམ་བར་
 དུ་བདག་གིས་ཞིང་ཁོང་ཉེ་འགྲམ་གྱི་ལམ་ཚུང་སྦྱང་ན་བསྦྱོར་ཅིང་ཞིང་ཁང་གི་ལོ་རྟོག་འདེབས་
 བཞིན་པའི་རྟ་པལ་ཆེར་བདག་གིས་འབྱུང་འཐེན་འབྲུལ་འཁོར་ཁེར་རྒྱུང་ཞིག་ཀྱང་མཐོང་
 སྦྱང་ལ་ལྟ་ཅམ་བྱེད་ལ་ཉེ་ས་ནས་ས་ཞིང་གིས་འཆོ་བའི་ཞི་སྟོན་བག་ཐེབས་པའི་མི་རྣམས་ལ་
 ལྟ་བར་བྱེད་ལ། བདག་གིས་འོད་མདངས་ཀྱིས་མི་སེམས་འགྲུལ་བའི་མཛེས་སྦྱོངས་ལ་སྦྱོན་
 འདེབས་བྱེད།

ས་སྟོན་གྱི་མཆོམས་སྟུ། བདག་གིས་མིས་བཅོས་པའི་ཕྱི་དངོས་ཀྱི་འོད་འདངས་
 མཐོང་བ་ལ་བཞེན་ནས་དགའ་བ་ཆོར་ལ་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱིས་སྦྱན་ནག་འཐེབས་པའི་བྱས་
 བསྐྱབས་སྦྱེལ་དུས་མའི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱོད་ལ་བཞེན་ནས་སྦྱོན་འོད་ཅིག་བཅོས་ཏེ། རང་
 ཉིད་ཀྱི་མཐོང་ཤེས་ལ་མཆོད་བཞིན་ཡོད། ཐེངས་དང་པོའི་མཐོང་ཆོར་ཡོད་པའི་མཆོན་མོར།
 བདག་གཉིད་དུ་ཡུར་མི་སྒྲུབ་པར་སེམས་ནང་ཉིན་དེའི་རྗེས་བྱས་ཀྱིས་ཁེངས་པར་འགྱུར།

མཐོང་ཆོར་ཡོད་པའི་ཉན་གཉིས་པར། བདག་ལ་སྦྱར་པའི་འཆར་བར་བྱས་ཏེ།
 སྦྱན་ནག་གི་མཆོན་མོ་ནས་ཉིན་མོའི་མི་སེམས་གཡོ་བའི་བྱས་རྗེས་ངོ་མཆར་ཅན་ལ་ལྟ་བར་
 བྱེད་ལ། བདག་གིས་གྱུས་བཅེའི་སེམས་པ་ཞིག་འཁྱེར་ཞིང་། བཞིན་ཆགས་མཛེས་
 སྟོན་ལྟ་པའི་ཞོགས་པའི་ཉེ་གཞོན་གྱི་མཛེས་སྟོན་ལ་ལྟ་བར་བྱེད་པ་དང་མཚུངས། ཉེ་མས་
 ཀྱང་གཉིད་དུ་ཡུར་བའི་ས་གཞི་གཡོ་བར་བྱེད།

ཉིན་དེར་བདག་གིས་སྦྱེལ་འཆུབ་ཀྱིས་འདས་ཐེན་པ་དང་ད་ལྟའི་འཛམ་གླིང་ལ་ཁ་
 རྒྱུགས་ནས་ལྟ་ཅམ་བྱེད་ལ། བདག་གིས་མའི་རིགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ངོ་

མཆར་ཅན་དང་ལོ་ངོ་སྟོང་ལྷག་མང་པོའི་འགྱུར་བ་ཟད་མཐའ་མེད་པ་དེར་ལྟ་ན་འདོད་ལ། དེ་ལྟ་
བུའི་ལོ་རབས་མང་པོ་རི་ལྟར་ཉིན་གཅིག་ལ་བསྐྱུས་བྱུང་བཅ། འགྲེམས་སྟོན་ཁང་ནས་མཐོང་
བྱུང་བ་ལོས་ཡིན། བདག་གིས་རྒྱན་དུ་ནི་ལྟ་ལོ་རྒྱུས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་ནང་ལྟ་
ཞིབ་བྱེད་ལ། དེར་བཤམས་པའི་དངོས་པོ་མང་པོར་ལག་བས་འཕྱར་བར་བྱེད་ཅིང་། དེས་
གངས་མེད་པའི་རང་བྱུང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་གསལ་བཤད་བྱེད། བདག་གིས་རྒྱན་དུ་ནས་
རང་ཉིད་ཀྱི་མིག་ཟུང་གིས་གོ་ལས་བསྐྱུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་གོ་ལ་དེའི་སྟེང་གི་མི་སེར་ཆོས་
བཤམས་སྟོན་བྱས་པ་མཐོང་ན་འདོད།

རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་གིས་གིས་པའི་རི་མོའི་སེམས་ཅན་དང་། མིའི་རིགས། ད་དུང་ཉ་
ཅང་ཆེ་པའི་ཁྱེད་འབྲུག་དང་། མཆེ་བ་རལ་གྱི་ལྟ་བུའི་གླང་ཆེན་གྱི་འགྱུར་རྒྱུ། མིའི་རིགས་
ནི་ཁོ་བའི་ཆེས་ཆུང་པའི་བྱད་བཞིན་དང་ནུས་ཡོད་ཀྱི་གླུ་པས་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་
ཁབ་མ་ཚོད་སྟོན་ནས་ལྟ་ནུ་བྱུང་ཞིང་། དེ་ནམས་གོ་ལའི་སྟེང་ན་གང་སར་འབྲེམས་ཅུལ་
བྱེད་བཞིན་གནས། འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གིས་སེམས་ཁམས་དང་མི་རིགས། ངལ་ཚོལ་ལོ་
བྱད་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་བརྒྱད་རིམ། མིའི་རིགས་ཀྱིས་ལོ་བྱད་དེ་དག་སྟོང་པ་དང་རྒྱན་སྐར་དེའི་
སྟེང་རང་ཉིད་ཁོ་ནའི་ཞི་བདེ་སྤྱོད་བཟུང་གྱི་ཁྱིམ་ཆང་བསྐྱུན་པར་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོན་ནས་གསལ་
བཤད་བྱེད་བཞིན་འདུག བདག་གི་ཐེས་ན་འགྱུར་བ་དེ་རྒྱལ་པོའི་རྒྱ་ཅལ་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་
དང་། རང་བྱུང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་དང་འདྲ་བར། འཛམ་གླིང་གི་དངོས་པོའི་
ཕྱི་ལྗོངས་ལྟར་མངོན་པར་བྱས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས། རྒྱལ་པོའི་རྒྱ་ཅལ་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གིས་
མིའི་རིགས་ཀྱི་སྟོང་སྟོབས་དང་བགྲང་མི་ཆར་བའི་ཆེ་ཆུང་གི་ངོས་མངོན་པར་བྱེད་ཅིང་།
མིའི་རིགས། ཁྱོད་ལོངས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བརྒྱད་རིམ་ནང་། མིའི་རིགས་དེ་རྒྱ་ཅལ་གྱི་འདུན་
པ་བྲག་པོ་མངོན་པ་དག དངོས་པོ་དང་མི་མངོན་པའི་ས་ཆ་དེ་མིན་གཞན་བཅའ་བ་དང་སྟེ་
འཕེལ་གྱི་བྱེད་སྟངས་དང་པལ་ཆེར་འད། འདི་ན་རྒྱལ་པོའི་རྒྱ་ཅལ་འགྲེམས་སྟོན་གྱི་དངོས་
མང་བཤམས་སྟོན་ཁང་ཆེན་ནང་། ཞེ་རིག ཞེ་ལག་ལོའི་མའ་ཡི་སྟེང་སྟོབས་དེ་དག་རྒྱ་ཅལ་
ཁོད་ནས་བྱེད་མངོན་ཅིང་བདག་གི་མདུན་ན་མངོན་པར་བྱེད།

བདག་གི་ལག་ཟུང་གིས་གནའ་པོའི་ཉི་ལོའི་ཉལ་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་བརྒྱད་པའི་ལྟ་
རིགས་དག་གསལ་པོར་ཤེས་བྱུང་། བདག་གིས་ཉལ་འཕྲོ་མོ་ལོང་ལྟ་ཁང་ཁོད་ཀྱི་འདྲ་གཟུགས་
ལ་རེག་ཅིང་། ལ་ཉན། གདོང་མཆོངས་དབྱང་དམག་ཆོར་དབྱངས་སྟེབ་ཀྱི་མཛེས་ཉམས་
ཤིག་ཆོར་བྱུང་ལ། ཨ་པོའི་ལོ་སྟེ་ལྟ་སི་ད་དུང་གཤོག་ཟུང་ནས་པར་རྒྱལ་པོའི་སྟེང་
སྟོབས་ཀྱིས་བདག་ལ་ཁྲོས་གཏོང་དཀའ་བའི་ཆོར་བ་ཞིག་སྟེད། ཉལ་ལྟ་ཡི་འཛེར་པ་མང་ཞིང་
ཨ་ར་ཡོད་པའི་ཞལ་རས་ནི་བདག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན་ཆེས་རྩ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ། ཅིའི་
ཕྱིར་ཞེ་ན། ཁོང་གིས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་ལ་ལོང་བ་ཞེས་པ་ཤེས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཡིན་པ་དང་། བདག་
གི་ལག་པས་ཁྲོས་མི་ཐོངས་པའི་སྟོན་ནས། ལོང་ལྟ་རྒྱུ་ཀྱི་དངོས་བདེན་དོ་ཀ་མ་རུའི་བརྟོས་

རིས་དག་ལ་ཞེན་ཆགས་ཤིང་བདག་གི་ལག་པས། མི་ཁའི་ལའང་གི་མི་སེམས་འགྲུལ་བའི་
དཔལ་ལོ་ཚོའི་མོའི་ཤི་རྒྱུ་འདྲ་བ་ལྟགས་ཡོད་ཆད་ལ་རེག་གིན་བདག་ལ་མེའི་སྤྱི་ཡི་སྒྲིབས་
ལྷགས་བསྐྱེད་པས་པ་ཆོར་ལ། བདག་གིས་ཀ་ཐེང་མིས་ཤིང་བཞོས་ཀྱི་ལྷག་བསམ་ལ་དད་
གྲུས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རེག་ཆོར་སྤུང་པའི་སྤྱི་ཆལ་པ་དག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན་དོན་སྤྱིང་ལྷག་
པ་ལྷན་ལ། མ་ཟད་དེ་དག་སྤྱན་མོང་གི་རེག་ཆོར་ཡིན་པ་ཤོད་པ་ལས། དེ་དག་ནི་སྤྱན་
མོང་གི་བལྟ་བུ་ཡིན་པ་བརྗོད་མི་ཉན། བདག་གིས་ཀྱང་དེ་དག་རང་ཉིད་ཀྱིས་མཐོང་མི་སྤུང་
པའི་མཛེས་སྤྱུག་ཡིན་པར་ཆོད་དཔག་བྱེད་རྒྱུ་ལས་མ་འདས། བདག་གིས་ཤི་ལག་བྱམ་པའི་
བབ་ཆགས་ཤིང་སྤྱི་བའི་སྤྱི་རིས་ལ་ལོངས་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་མོད་ཀྱང་དེའི་རི་མོའི་མཛེས་རྒྱན་
བདག་གིས་ཡི་ནས་མཐོང་མི་སྤུང་།

དེར་བརྟེན། དེ་རིང་། བདག་ལ་ཡོད་ཟེར་སྤྱུལ་བའི་ཉི་མ་གཉིས་པ་དེ་ཡིན་ལ་བདག་
གིས་སྤྱི་ཆལ་བརྒྱུད་རིམ་ལ་བརྟེན་ནས་མེའི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་འཆོལ་སྤྲེགས་སྤུང་པ་
བྱེད་ཅིང་། བདག་གི་རེག་ཆོར་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་པའི་ཅ་དངོས་དག་མཐོང་སྤུང་། དེ་ལས་
ཡ་མཆོན་སྤྱི་བ་ཞིག་ལ། མཛེས་ཤིང་བརྗོད་ཆགས་པའི་རི་མོ་ཡོད་ཆད། འཛིག་རྟེན་གྱིས།
སྤྱན་ཆོགས་ཞི་སྤྱིང་རང་བཞིན་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རང་མདངས་མཛོན་པའི་དབྱེ་ཉ་ལ་ནི་ཆེས་
ཐོག་མའི་སྤྱི་ཆལ་ནས་དེར་དུས་སྤྱོད་ཉམས་སྤྱོད་ཆུལ་གྱི་སྤྱི་ཆལ་ཆོགས་པའི་བར་བདག་ལ་འབྱེད་
པར་བྱེད་ཅིང་། བདག་གིས་ནན་ཉན་གྱི་སྒྲོན་སྤྱི་ལྷ་ཉམས་འད། ཉམས་ཉམས་ཆེ། མི་ཤིང་།
ལུ་འན་ལོ་ལའང་གི་སྤྱི་ཆལ་ཆོན་རི་མོར་ལྷ་ཞིབ་བྱེད་ལ། ལྷའི་ལོ་རྒྱུ་མིའི་བོ་སྤྱིད་ལྷན་པའི་རང་
གདངས་སྤྱོད་ཁ་མཆོམས་བར་ལྷ་བར་བྱེད་ཅིང་། ལྷའི་ལོ་ལའི་ཉམས་འདྲེ་གསང་བར་ཞིབ་
འཇུག་དང་། ཉམས་ལོ་ལའི་རི་མོ་འབྱེད་པའི་ཁོད་ནས་བསྐྱར་སྤྱོད་ཀྱིས་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་
ལྷ་ཞིབ་བྱེད། ལྷ་ཁོད་ཅག་མཐོང་ཆོར་ཡོད་པའི་མི་སྤྱི་ཆོས་ཆེས་སྤྱན་ཆོགས་ལྷན་པའི་དགའ་
སྤྱང་དང་མཛེས་སྤྱུག་ལྷན་པའི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་ཁོད་ནས་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་སྤུང་། བདག་རང་
ཉིད་སྤྱི་ཆལ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་དུས་སྤུང་གི་སྤྱོད་གསེང་ཁོད། བདག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་མདུན་
ན་བཤམས་པའི་ཆེས་རྒྱ་བས་ཆེན་གྱི་སྤྱི་ཆལ་གྱི་འཛིག་རྟེན་དེར་དབྱེད་བརྗོད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་
སྤུང་པས། བདག་རང་ཉིད་ལ་དོན་གྱི་ཅེ་མོ་ཅན་གྱི་བག་ཆགས་ཤིག་ལས་འཛིག་མི་སྤུང་། སྤྱི་
ཆལ་པ་ཆོས་བདག་ལ་གསུངས་དོན་ཆེས་གཏིང་ཟབ་པའི་བྱང་བཤེན་གྱི་སྤྱི་ཆལ་ཤེས་རྒྱུའི་
ཕྱིར་དེས་བར་དུ་མི་སྤུང་པའི་མིག་ལ་སྤྱོད་བརྗོད་སྤྱོད་དགོས་ལ། མི་དེས། དེས་བར་དུ།
བརྗོད་ལག་ཅོད་པའི་ཐིག་རིས་དང་རི་མཆོན་བཀོད་སྤྱིག་ བྱེད་དབྱེད་པས་དང་ཆོན་མདོག་གི་
རྒྱ་ཆ་ལེགས་ཉེས་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་ཡོད་དགོས། གལ་ཏེ་བདག་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་
ཡིད་དབང་འགྲུགས་པའི་ཞིབ་འཇུག་གི་མཐོང་ཆོར་ཞིག་ཡོད་ན་ཅི་འདྲའི་བདེ་སྤྱིད་ལྷན་པ་
ཞིག་རེད་ཅང་། ཡིན་ན་ཡང་། ད་དུང་གོ་ཐོས་བྱུང་བ་ལྷན་ན། ཁོད་ཅག་མཐོང་ཆོར་ཡོད་པའི་
མི་མང་པོའི་ངོས་ནས། སྤྱི་ཆལ་གྱི་འཛིག་རྟེན་དེ་དུང་རིམ་བཞིན་འཆོལ་ཞིབ་བྱེད་དགོས་

པའི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་ཏུ་འབྱུང་མས།

བདག་གིས་སྒྲོས་གཏོང་དགའ་བའི་སྒྲོན་སྒྲུབ་སའི་སྒྲུ་ཆུལ་འབྲེམས་སྟོན་ཁང་དང་ཁ་བྱལ་བ་ཡིན་ལ། དེས་མཛེས་སྤྱད་གི་ལྗེ་མིག་ཞིག་ཉར་ནས་བཞག་སོང་། ཡིན་ན་ཡང་མིག་གིས་མཛོང་སྤྱབ་པའི་མི་ཚོས་ནམ་ཡིན་རུང་ཆུལ་སའི་འབྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་མཛེས་སྤྱད་གི་ལྗེ་མིག་དེ་མི་དགོས་པར་འདྲ་མཚུངས་ཀྱི་ལྗེ་མིག་ཞིག་འབྲེམས་སྟོན་ཁང་རྒྱུ་ཞིག་ནང་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེ་ཡང་། དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་དཔེ་ཁྱིའི་སྤྱད་སྤྱད་ནས་བསྐྱར་འདུག་འོན་ཀྱང་བདག་ལ་ཆད་ཡོད་པའི་མཛོང་ཚོར་གྱི་སྟོང་བསམ་བློས་ཆོད་ཁྱིའི་ལྗེ་མིག་ཞིག་འདེམས་ནས་སྟོད་དགོས་རེད་ལ། དུན་སྐབས་ཞིག་ནང་ཆེས་ཆ་ཆེ་བའི་རིན་ཆེན་སྤྱོད་པའི་གནས་སར་སྒྲོ་བྱེད་ནས་བསྟོད་དགོས་པ་རེད།

བདག་གིས་འོད་ཟེར་བསྐྱར་མཛོང་གི་ཉིན་གཉིས་པའི་མཚན་མོར་སྒྲོས་གར་ཁང་དང་སྒྲོག་བརྟན་ཁང་དུ་སྟོད་རེས། ད་ལྟ་བདག་གིས་ཀྱང་ཆུན་དུ་ནས་གར་སྟེང་གི་ལྟ་མོ་འདྲ་མིན་སྒྲུ་ཆོག་པ་འཁྲབ་པར་བྱེད་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཡང་། སྒྲོས་གར་གྱི་ནང་དོན་དེས་པར་དུ་རོགས་སྒྲུ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ལག་ཟུང་སྟེང་ན་ཆོག་འབྱུང་དེད་ནས་བྱེ་བར་བྱེད། འོན་ཀྱང་། བདག་ཉལ་སྤྱི་ལོ་མི་ས་ཐའི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པའི་མཛེས་ཉམས་ཤིག་ཅི་འདྲའི་ལྟ་ན་འདོད་ལ། ཡང་ན། དབྱེ་ལི་རྒྱལ་པའི་དུས་རབས་ཀྱི་སྤྱི་སྟོན་དཔལ་འབར་། ཉམས་མེད་ཉལ་ཉམས་ཡི་རྣམས་པར་བཟུང་བའི་ཁྱོད་གོས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱི་བྱུང་ན་ཅི་མ་རུང་། བདག་འཁྲབ་ཆེན་གཅིག་ཁོ་ན་ལས་ལྟ་ཆུ་མེད་པར་བརྟེན་དེས་བདག་ལ་བཟོད་དགའ་བའི་གདུང་བ་སྟེར་བར་བྱེད་ལ། ད་དུང་ཡང་བདག་གིས་ལྟ་འདོད་པའི་སྒྲོས་གར་བཟུང་གསང་བ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཁྱོད་གྱིས་ཡིན། ཁྱེད་ཅག་མཛོང་ཚོར་ཡོད་པ་བརྟེན་རང་ཉིད་དགའ་ཤོས་ཀྱི་སྒྲོས་གར་གང་རུང་ཞིག་ལྟ་སྤྱོད་ཐུབ་ལ། སྒྲོག་བརྟན་ཞིག་གམ་འཁྲབ་གཞི་གང་རུང་ཞིག་གི་མཚམས་དེར། དོན་དངོས། མི་རྣམས་ལ་མཚོན་མཛད་སྤང་འགྲུལ་སྟོད་བྱེད་པའི་མཛོང་ཚོར་གྱི་བྱས་ཐེས་ངོས་འཛིན་ཡོད་མེད་བདག་གིས་མི་ཤེས་ལ། དེ་མཚུངས་སེམས་པ་འགྲུལ་བའི་བརྟེ་སེམས་ཡོད་མེད་ཀྱང་མི་ཤེས། བདག་ལག་གི་རེག་བྱའི་ཁུལ་ཁོངས་ནང་འཚོ་བར་བརྟེན་བདག་གིས་རོལ་མོའི་ཉམས་འགྱུར་ཞིག་འོངས་སུ་སྟོད་མི་བྱུབ་ལ། བདག་གིས་གསལ་ལ་མི་གསལ་བའི་སྒྲོན་སྒྲུབ་ཉམས་ལོ་ལྟ་མི་མཛེས་སྤྱད་ཞིག་སྤྱད་བ་བྱེད། བདག་གིས་སྒྲུ་གདངས་རྒྱུ་ཟད་ཅིག་གི་ཚོར་བ་སྤྱར་མོད་ཀྱང་། དེ་ནི་རོལ་ཆས་ཐེག་སྤྱད་འགྲུལ་དུས་ཀྱི་མཚམས་ཆོག་པ་ཁོད་ན་བདག་ཆུན་དུ་ནས་གནས་པའི་ཁྱོད་གྱིས་ཡིན། བདག་གིས་དེར་འགྲུལ་སྤངས་ཤིག་ཡོད་པའི་རྟོག་ཚོར་། འཆར་སྟོ། གྱིས་ཁེངས་ཤིང་། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ན་མི་རྣམས་ལ་སྟོ་སྤྱད་སྟེར་བའི་རྣམས་པ་ཞིག་ཡིན་པེས་རེད། བདག་གི་ལག་པས་རྟོ་ཀ་མ་རུའི་སྒྲུ་རིས་ལ་འཕྲུལ་དུས། དེའི་ཆ་ཤས་ཤིག་རིས་ཆོ་བྱེད་བྱས། གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་དགའ་འོས་རུང་བའི་འགྱུར་མེད་མཛེས་པ་ཞིག་ཡོད་ན། མཛོང་སྤྱད་གི་འགྲུལ་སྤངས་ངོ་མཚར་ཅན་གྱིས་མི་སེམས་འགྲུལ་བར་དེས།

བདག་གིས་ཆེས་རིན་ཐང་ཆེས་ཤོས་ཀྱི་བླ་མ་གསོ་གཅིག་ཕྱེད་ནི། ཡོས་སེས། རེས་
ཏུ་ཕྱེད་ཀྱི་ཤོད་ཀྱི་འགྲུལ་ཀྱི་ཁོང་རང་ཉིད་དགའ་བའི་མི་ཕུའུ་ལྷན་སྐྱེའན་ཁེའ་ལའབ་
སྟོན་བྱེད་དུས་ཁོང་གི་ངོ་རིས་དང་ཕྱག་གཉིས་ལ་རེག་བར་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན།

ལྷོས་གར་འཇམ་སྒྲིང་ཆུང་ཟད་ལ་ཡང་བདག་གིས་ངེ་ཙམ་སྒྲིང་སྐབ་ལ།
བདག་གིས་ནས་ཡང་སྐབས་དེའི་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱང་བཟེད་མི་སྐབ་བ་མ་ཟད། ལྷོས་གར་འཇམ་
སྟོན་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁོང་མི་སྤྱིའི་སྤྱིང་མོལ་དང་འགྲུལ་སྤངས་ཀྱིས་བན་ཚུལ་རོགས་
རེས་བྱེད་བར་བདག་གཟུབ་ཉན་དང་ལྷ་ཞིབ་བྱེད་རྒྱ་ར་ཅེ་འདྲའི་སྒྲོམ་བ་ཚུ་འདོད་ལྟར་ཡིན་
ཨང་། འོན་ཀྱང་ཁྱེད་ཅག་རེག་སྐབ་པའི་མི་ཕུ་ཆོས་དེའི་ཁོང་ནས་བདེ་སྤྱིད་ཅེ་ཙམ་ཐོབ་བཞིན་
ཡོད་ཨང་། གལ་ཏེ་བདག་གིས་འཇམ་ཚན་གཅིག་ཁོ་ན་ལྷ་སྐབ་ཆེ་བདག་གིས་ངེ་ལྟར་སེམས་
ཁོངས་ན་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཡོང་ཡིག་སྒྲོག་ཤེས་པའམ་གོ་ཤེས་བ་དེས་ལྷོས་གར་ནས་བ་ཐངས་
བརྒྱ་ཕྱག་མཆོན་བར་བྱེད་བ་དེ་རྟོགས་སྐབ། དེར་བཞུགས་བདག་གིས་བསྐྱར་མཐོང་རྟོག་བཟོའི་
འོད་ཟེར་གྱི་མཆོན་གཉིས་པའི་ཁོང་ན་གཉིད་དུ་ཡུར་མི་སྐབ་བར་མཆོན་ཤིལ་པོ་ལྷོས་གར་ལ་
རོལ་ནས་བསྐྱད་བ་ཡིན།

ཉིན་རྗེས་མའི་ནམ་ལངས་བ་དང་། བདག་གིས་སྤྱར་ཡང་སྤྱ་རེངས་ཤིག་
བསྐྱས་ཤིང་བདག་གིས་མཛོན་སྤྱང་སྐབ་པའི་ཉིན་རེའི་སྤྱ་རེངས་ནི་མི་ཆོའི་ངོས་ནས་བསྐྱར་དུ་
སྤྱང་བའི་མཛེས་སྤྱོདས་གསར་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་དགའ་སྤྱང་གསར་བ་ཞིག་འཆོལ་
བར་བྱེད། བདག་གིས་རྟོག་བཟོའི་བྱས་རྗེས་ཁྱད་མཆར་བའི་དུས་བཅད་ལ་བཞུགས་ནས་འདི་ནི་
བདག་ལ་མཐོང་ཆོར་ཡོད་པའི་ཉིན་གསུམ་བ་དང་ཉིན་མཐའ་མ་དེ་ཡང་རེད། བདག་གིས་ཆེས་
མང་བའི་ཅ་དངོས་ལ་ལྷ་དགོས་བར་བཞུགས་ནས་བདག་ལ་སྒོ་པམ་དང་རེ་འདུན་ཆེན་པོའི་ཁོང་
ན་རོལ་བའི་ཁོམ་བ་མེད།

ཉིན་དང་པོར་བདག་རང་ཉིད་སྟོག་ལྷན་དང་སྟོག་མེད་ཀྱི་སྟོགས་པོར་ལེགས་སྐྱེས་ཕུལ་
ཟེན་ལ། ཉིན་གཉིས་བར་མི་དང་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་སྤྱང་བྱུང་། དེ་རིང་བདག་
གིས་དེ་སྤྱིའི་རྒྱན་ལྷན་འཇམ་སྒྲིང་ཁོང་འཆོ་བར་བྱེད་ལ། འཆོ་བའི་བྱིར་བྱེལ་འཆུབ་ཀྱི་བར་
འགྲོ་ཆུར་འོང་བྱེད་པའི་མི་ནམས་རྒྱན་དུ་བསྐྱོད་སའི་ས་ཆར་བསྐྱོད་བར་བྱེད་བ་མ་ཟད།
ནི་ཕུ་ཡོས་བཞིན་གང་དུ་འང་དེ་ལྟར་མི་མང་པོ་འབྱུལ་བསྐྱོད་དང་དེ་ལྟར་གནས་ཚུལ་མང་བ་
ཞིག་ཉིད་སྐབ་བཅ། དེར་བཞུགས་ཁོང་ཁྱེད་བདག་གི་དཔེགས་ས་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

བདག་གིས་རྟུབ་རྟུབ་པོར་དེ་ལྟར་བཟེད་ཆེ་བའི་འཇུགས་སྤྱན་དངོས་པོའི་ཆ་ཤས་གོང་
མའི་ཁང་ཆེན་གྱི་ཅེ་མོར་བསྐྱེད་པའི་ཡུན་རིང་མ་སོང་སྟོན་བདག་རང་ཉིད་ཀྱི་འཕྲིན་བྱེད་
ཀྱི་བྱུང་ཡིག་ལ་བཞུགས་ནས་ཁོང་ཁྱེད་དེར་སྐར་ལྷ་བྱེད་སྒྲིང་བར་བཞུགས་བདག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་
བླ་མེས་ད་ལྷ་སྤྱང་བ་བཞིན་བསྐྱར་ན་འདོད་ལ། བདག་གི་མདུན་ན་སྤྱང་བའི་ཡུལ་སྤྱོདས་ཡོད་
ཆད་ཀྱིས་བདག་ལ་སྒོ་པམ་སྐྱེས་སུ་མི་འཇུག་པའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད་བ་དང་། མ་འོངས་བ་

ན། དེ་ནི་བདག་ལ་འཇིག་རྟེན་གཞན་ཞིག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་ཡིན་པའི་སྐྱེད་ཀྱིས་ཡིན། སྐབས་དེར་བདག་གིས་ཁྱོད་ཁྱེད་འདྲིའི་མཐའ་སྐྱོར་ནས་འཁྱོམས་པར་བྱེད། ཐོག་མར་བདག་གིས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཟུང་གི་ཁྱོད་ལྟ་བུར་བྱས་ཏེ་མི་ཁོ་ནར་ལྟ་བུར་བྱེད་ཅིང་། ཁོང་ཆོའི་ལྟ་ཞིབ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོང་ཆོའི་འཆོ་བར་རྒྱས་མངའ་ཡོད་པ་བྱེད་ཅིས་ཡོད་ལ། ཁོང་ཆོའི་འཇུག་མདངས་མཐོང་། རིམ་བཞིན་བདག་ལ་དགའ་སྦྲང་ཆོར་བ་དང་ཁོང་ཆོའི་ནུ་ཏུན་གྱི་ཐག་གཅོད་ལས་བདག་ལ་སྦྱོར་བས་པ་ཞིག་སྟེར་བར་བྱེད་ཅིང་། ཁོང་ཆོའི་སྐྱུ་གཤམ་པ་ཞིག་མཐོང་སྐབས་བདག་ལ་བཟོད་སྒྲགས་བྲལ་བའི་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་བྱེད་པར་ཐལ།

བདག་གི་རིམ་བཞིན་ལམ་ལྔ་པའི་སྟེང་འཆམ་འཆམ་བྱེད་ཀྱིན་དུས་འཇག་གིར་སྤྱོད་ཀྱིས་བཞེད་ལྟ་བུར་བྱེད་ཅིང་མིག་ཟུང་གི་འོད་སྦྲང་གང་རུང་ཞིག་ལའང་དམིགས་གཏད་མེད་པར་མ་ཟད། རིམ་སྤྱོད་འཆམ་མཐོང་འདྲ་བར་སྤྱོད་ཀྱིས་ཡུལ་ལྗོངས་ཁོ་ནར་ལྟ་བུར་བྱེད་ལ། འགྲུལ་བསྐྱོད་དེ་དག་མི་ཆོག་པ་ཁོང་གི་བྱེད་མེད་དག་གི་སྟོན་གོས་མཆོན་ཁྱེད་འཆོར་ཉམས་ལྟན་པའི་མཛེས་སྦྲང་གིས་བདག་ལ་ཉོབ་སྦྲང་མི་སྟེར་བ་དེས་གཏན་ཡིན་པ་བདག་ལ་དེས་ཤེས་ཡོད་པ་མ་ཟད། གལ་ཏེ་མཐོང་ཆོར་ཞིག་ཡོད་ན་བདག་གིས་ཀྱང་བྱེད་མེད་གཞན་པལ་ཆེ་བ་དང་འདྲ་བར་དར་བྱུང་ཆེ་བའི་སྟོན་གོས་འདྲ་མིན་གྱི་བཟོ་ལྟ་སྤྱོད་འཇུག་པར་བྱེད་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ལ་མཆོན་མདངས་རྣམས་བར་བཀྲ་བར་དེ་ཅུ་ལྟོ་སྦྲང་བྱེད་མི་སྟེན་པ་མ་ཟད། འདི་ལྟར་མཛེས་སྤྱོད་གང་མེད་འཇོག་བྱེད་ཀྱི་ཅ་དངོས་ནི་མིག་གིས་ཡོངས་སྤྱོད་ཡིན་དེས་པའི་སྐྱེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་གོམས་འདྲིས་འགྱུར་དགའ་བའི་ཐོག་དངོས་ཤེས་སྤྱོད་ཀྱི་མགོན་པོར་འགྱུར་སྟེ།

ཁོམ་ལམ་ལྔ་པ་ནས་བདག་གིས་ཁྱོད་ཁྱེད་ལ་བསྐྱོར་བ་ཞིག་བརྒྱབ་ཆེས་སྤྱི་སྤྱིང་ལམ་ཆེན་དུ་བསྐྱོད་ལ། དབུལ་ཡོངས་སྤྱོད་གནས་སྤྱང་བསྐྱོད་ཅིང་། ད་དུང་བྱིས་པ་ཆོས་ཅིད་མ་ཅེ་སའི་སྤྱི་སྤྱིང་དུ་བསྐྱོད་པར་བྱེད། བདག་གིས་ད་དུང་བྱི་སྤྱིང་བཞེད་གནས་སའི་ས་ཆར་བསྐྱོད་དེ་ཐངས་གཅིག་ཀྱང་རིམ་བཞིན་བྱིར་ཐོན་མ་སྤྱོད་པའི་བྱི་སྤྱིང་བསྐྱོད་འཆམ་པ་ཆོར་ལྟ་བུར་བྱེད། མཐའ་མར་བདག་གིས་འདྲན་བྱེད་ཆེས་ཆེར་གདངས་ནས་བདེ་སྦྱིད་དང་ཡིད་གདུང་བའི་རྣམས་པ་ཡོད་ཆད་ལ་ལྟ་བུར་བྱེད་ལ་དེ་བས་ཞིབ་ཆགས་པའི་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་ཅིང་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་ལས་ཀ་བྱེད་པ་དང་འཆོ་བའི་བར་རིམ་བཞིན་ཤེས་ན་འདོད།

བདག་གི་སེམས་ཀྱི་མི་དང་དངོས་པོའི་རྣམས་པས་ཁེངས་ཤིང་བདག་གི་མིག་ཟུང་གིས་དོན་རྒྱུད་ཞིག་སྤྱོད་མི་མཐོང་བར་བྱེད་ཅིང་། དེས་རང་གི་མཐོང་བྱུང་པའི་བྱ་དངོས་རེ་རེར་དམ་པོར་བཅོན་ལེན་རྣམས་པ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་མིར་སྤྱོད་སྦྲང་སྟེར་བ་དང་མི་སྤྱོད་པར་བྱེད་ལ། ཁ་ཤས་ཡིད་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་ཀྱིས་མཉམ་བར་བྱེད།

བྱེད་པོ་ཆེས་མས་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་མིག་ཟུང་བཙུམས་པར་མི་བྱེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་དག་ཀྱང་འཆོ་བའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན་པའི་སྐྱེད་ཀྱིས་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་མདུན་ན་མིག་བཙུམས་པ་ནི་སེམས་དང་བསམ་སྤྱོད་སྤྱོད་བརྒྱབ་པ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས།

བདག་ལ་མཐོང་ཆོར་ཡོད་པའི་ཉིན་གསུམ་པ་མི་རིང་བར་རྫོགས་ལ་ཉེ་ཞིང་ཆེས་མང་བའི་
གལ་ཆེ་དང་། ཉན་ཉན་གྱི་དོན་ཞིག་ཡོད་ཆོ། བདག་གིས་དུས་ཆོད་ལྷག་མ་ཁ་ཤས་ནང་ལྟ་
བར་བྱེད་དགོས། ཡིན་ན་ཡང་། བདག་ཆེས་མཐོང་འཇུག་གི་མཚན་མོར་སེམས་སྤྲུག་གིས་
མནར་གྱིན་བདག་གིས་ད་དུང་ཡང་སྒྲོས་གར་ཁང་དུ་བསྐྱོད་སྲིད་ལ་འབྱུག་ཆ་དོད་ཅིང་སྒྲོ་སྤང་
ལྷན་པའི་སྒྲོས་གར་གྱི་འཐབ་ཆཅན་ཞིག་ལྟ་བུར་བྱེད་ཅིང་། མིའི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཁྲིད་ཀྱི་སྤྱ་
མཐུན་ལ་ཆོད་བགས་ལེགས་མོ་ཞིག་བྱེད་རེས།

རྣམ་བྱེད་བསྐྱེབས་པ་དང་བདག་གིས་ཡོང་བའི་སྤྲུག་གནས་ཀྱི་དུས་སྤང་དེ་རྫོགས་
རྒྱར་རེ་འཕོད་བྱེད་ཀྱིན་རྒྱུ་རིང་བའི་ལྷན་ནག་ཞིག་སྤར་ཡང་བདག་ལ་སྤྲོགས་ནས་བསྐྱེབས་
བྱུང་། ལྷན་སྤང་གི་ཉིན་གསུམ་དེ་བདག་ལ་མཐོང་འདོད་པའི་ཡོད་ཆད་བདག་གིས་རང་བཞིན་
གྱི་མཐོང་མི་སྤྱབ་ཅིང་། ལྷན་ནག་ཁོ་ནས་སྤར་ཡང་བདག་ལ་འཇུག་ཆོས་བྱས་ཏེ་ཡོང་དུས།
གཞི་ནས་བདག་གིས་མཐོང་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཇི་ཙམ་བསྐྱར་བ་ཆོར་སྤྱབ་ལ། མ་ཟད་བདག་
གི་སེམས་ནང་བདེ་སྤང་གི་འཛན་གསོ་ཞིག་གིས་ཁེངས་པར་བྱེད་ཅིང་དུས་ཆོད་ཆེས་ཅུང་ཟད་
ཡོད་པ་དེས་འགྲོད་གཏུང་གིས་མནར་བར་བྱེད། དེ་ནས་བདག་གིས་དངོས་པོ་རེ་རེར་རེག་
སྤྱབ་ལ། བདག་གི་འཛན་ཤེས་ཡོད་ཆད་མངོན་གསལ་དོད་པོའི་སྒྲོ་ནས་འདྲ་གཞུགས་ཀྱིས་བྱིར་
སྤང་བར་བྱེད།

མིག་ཡོང་བ་བདག་གིས་མཐོང་སྤྱབ་པའི་མི་བྱ་དེ་དག་ལ་འཛན་སྤྱུལ་དང་མཐོང་
ཆོར་གྱི་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་སྒྲོད་སྤྱབ་པ་མི་བྱ་དག་ལ་འཕོད་སྤྱུལ་ཞུ་རྒྱུ་། བྱེད་ཉིད་ཀྱི་མིག་
ཅུང་གིས་དགོ་ལས་དེ་སྒྲོད་དགོས་ལ། གལ་ཏེ་བྱེད་ཉིད་མཐོང་ཆོར་ཤོར་བའི་གོད་ཆག་བྱུང་
བ་བཞིན་དེ་མཚུངས་ཀྱི་དབང་པོ་གཞན་ཞིག་སྒྲོད་པའི་ཐབས་ལམ་ཀྱང་སྒྲོད་དགོས། ལ་
མཚན་ཅན་གྱི་རོལ་དབངས་དང་། བྱ་བྱེད་ཡི་ལྷ་སྤྱུ་། ད་དུང་འབྲུད་དགོལ་རོལ་ཆའི་རུ་ཁག་
གི་ལྷན་སྤྲུག་སྤྲུག་འཛེབས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལྷན་པའི་གཞས་གདངས་གསོན་དང་། གལ་ཏེ་སང་ཉིན་
བྱེད་ལ་ན་བ་འོན་པའི་རྒྱུ་རུན་ཞིག་བྱུང་སོང་ན། བྱེད་ཀྱི་འབྲུལ་འདོད་པའི་དངོས་པོ་རེ་རེ་ལ་
བྱེད་བྱེད་གནད་དང་སང་ཉིན་སྤར་ཡང་བྱེད་ལ་སྒོ་བ་སྒྲོང་མི་སྤྱབ་པ་ཞིག་འདྲ་བར་རྣམ་པར་
བཟ་བའི་མེ་ཉོག་གི་ཏི་ཞིམ་དང་ཞལ་གྱིས་རེ་རེ་བཞིན་སྒོ་བའི་རོ་མཚོག་གཟིགས་དང་། དེ་
བས་དབང་པོ་རེ་རེའི་སྒྲོད་སྒྲོ་ལེགས་པར་སྤྲད་དེ་རང་བྱུང་གིས་བྱེད་ཀྱི་ལག་ཅུང་གི་རེག་ས་
ལྟར་སྤྱབ་ལ། འཛིག་ཉིན་གྱི་བྱིར་བྱེད་ལ་སྤང་བའི་སྒྲོ་སྤང་དང་མཛེས་སྤྲུག་གི་ཞིབ་ཆར་སྒྲོབས་
པ་མཛོད་ཅིག

སྤྱད་ཀྱིན་འདུག ། ངས་ཐོན་གྱིན་ཐོན་གྱིན་ཁྱེད་ལ་མངའ་བའི་རི་མོ་མཁན་གྱི་མིར་ཅེ་ནས་
 མོན་པ་ལྟ་བུའི་མཛེས་སྤྱད་དང་མཛེས་སྤྱད་དེ་དག་ཀྱང་སྤྱོད་གྱི་བ་མོ་བཞེན་གང་སར་འཛོར་
 གྱིན་གང་ལ། ཁྱད་ཏུ་འཕགས་པའི་གསེར་དཔལ་ཟངས་ལྷགས་ཀྱི་གཏོར་མཛོད་དག་སྤོས་
 ཅེ་དགོས། ཐོན་གྱིན་ལ་དབང་བའི་མིང་བྱང་དེའང་བསུབ་ལ་ཉེ། གྱེ་ཏུ། སྤྱོད་
 ཞིག་གི་དུས་ན། ང་ཚོ་ནི་སྤྱོད་བཅན་པོའི་གདུང་རྒྱུད་དེ་སྤྱོད་གཉིས་ས་ཁྱོན་མངའ་དབང་
 བསྐྱར་བའི་གདོང་དམར་པ་ཞེས། སྤྱོད་ས་བཞིའི་རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་སྤྱོད་མོ་དག་ཁབ་ཏུ་བཞེས་
 ཉེ་ཆབ་སྤྱོད་ཀྱི་མངའ་ཐང་སྤྱོད་བཞེས་བསྐྱེད། རྣམ་པར་བཟྱ་ཞིང་དགུང་དུ་འཕྱོ་བའི་རྣམ་
 དཔྱད་ཀྱི་རྒྱལ་ལས་བཟོ་ལས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་དང་། དཔལ་འབྱོར་དང་རིག་གནས་སོགས་ཀྱི་
 རིན་ཐང་འཛུལ་སྤྱོད་ལྷན་ཆུ་བཟྱ་ཞིང་། དཔལ་རྒྱལ་ཀྱི་མཛོད་ཆེས་ནི་སྤྱོད་ཞིའི་ཡང་ཅེ་ན་
 འབར་དུས། ཁྱེད་ནི་གནས་ས་ཡུག་གཅིག་དུ་འབྲེས་པའི་ཤུལ་ལའི་རི་གོང་ལོ་མ་ཞིག་
 ཡིན་ཉེ། རི་མཛོད་ཞིང་རྒྱ་གཙང་བ། མཐའ་ཀྱན་གངས་རིའི་སྤྱོད་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཅིང་མཚོ་
 མཚེལ་ཡིས་མཛེས། ད་དུང་ལྷང་མདོག་གི་གཡུ་མོ་གྱོན་པའི་ནགས་ཚལ་དང་། གསེར་གྱི་མེ་
 རྟོག་དགོང་བའི་རྩ་ཐང་སོགས་ཇི་འདྲའི་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་ཡང་། གཞན་ཡང་། རྩ་ཆེན་
 ཁ་འབབ་རྣམ་བཞི་སྟེ། སྐྱེ་ཁ་འབབ། སྤང་ཆེན་ཁ་འབབ། མ་བྱ་ཁ་འབབ། རྩ་མཚོག་
 ཁ་འབབ། མ་འབྲེ་རྩ་གསུམ་སོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བརྒྱན། མདོར་ན་དུས་དེར་ཁྱེད་ནི་བཟྱ་
 ཤིས་ཤིང་དགེ་ལེགས་འབྱུང་བའི་མི་ཡིས་ཀྱི་དག་ཞིང་ལོ་མ་ཞིག་སྟེ། མི་རྣམས་སོས་དལ་བག་
 ཐེབས་ཀྱིས་གནས་ཤིང་། དགའ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་གནས་ས་ཁེངས་ཉེ་སེམས་ཁམས་དང་འཚོ་
 བརྒྱད་ནི་རྩ་ཡུལ་ལས་ཀྱང་སྤྱོད། ཡིན་ནའང་། གནས་མཁའ་འོད་ཀྱིས་བཀང་ཞིང་ས་གཞི་ཐོང་
 ཀྱིས་གཏོར་བའི་ཉེ་མ་སེར་པོ་དེ་གསེར་འོད་ཆེས་ཆེས། ཐོང་ཁོལ་ལམ་ལམ་གྱིས་ང་ཚོ་དང་
 རྒྱང་ཐག་རིང་བའི་རི་པོ་ཞིག་གི་རྒྱབ་རིར་བཞུད་ཉིན་དང་། འཕྱོ་བྱུག་ཀྱན་ལ་བཅེ་བའི་མ་ལྟར་
 བསྐྱེད་སའིང་ཉམ་ཐག་བྱུ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཇི་འདྲའི་སྤྱོད་ཀྱིས་གཞིགས་པའི་དུང་མདོག་གི་རྒྱ་བ་དཀར་
 པོ་དེའང་མ་དུང་སྤྱོད་ནག་གིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་ཉེ་ཡོད་ཆོད་མག་མོག་ཏུ་བཏང་བའི་ཉེ་མ་
 དེ་ནས་བཟུང་། ཁྱེད་ཀྱི་རི་ལྷང་ཐང་གསུམ་དུ་སྤྱོད་དང་ལྷང་ན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་འདོན་པའི་འོ་
 རོད་ལྷང་ལྷང་ལས་ཅི་ཡང་མ་ཐོས། སྤྱོད་ས་དེ་ནས་བཟུང་། ཁྱེད་ལ་ཉེ་མ་དང་རྒྱ་བའི་བཅེ་འདང་
 མེད་པར་ཐོང་ཁོལ་དཔེན་པའི་སྤྱོད་གདུང་གི་ལྷང་ན་ཐང་ཞིག་ཏུ་གཏན་ནས་ཆགས། སྤྱོད་ས་དེ་
 ནས་བཟུང་། ཁྱེད་ཀྱི་དྲངས་ཤིང་བསེལ་བའི་རི་རྒྱ་དག་ཁྱེད་གིས་སྤྱོད་ལ་ལྷང་གང་སར་སེམ་
 རོ་བཅེགས། དཔལ་པོའི་གདུང་རྒྱུད་ཀྱིས་གསར་བཏོད་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་རྒྱལ་
 ལས་འཛུལ་སྤྱོད་གི་ཡང་ཅེ་ལ་བཞེངས་པའི་པོ་བྱང་དེའང་པོ་བྱང་མ་ཡིན་པའི་པོ་བྱང་ཞིག་ཏུ་
 བསྐྱེད། དུས་དེ་ནས་བཟུང་། ཁྱེད་ནི་སྤྱོད་ནག་གི་གོང་དང་མི་ཡིས་ཀྱི་དཔལ་ཁམས་ཤིག་ཏུ་
 གྱུར། པ་ཡུལ་ཡ། པ་ཡུལ། ད་ནི་ཁྱེད་རང་རི་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་ཁ་དང་མཚེ་ཅེ་ན་ཉམ་ཐག་
 མ་མེད་རི་དྲགས་རྣམས་མ་བཞེན། ཁོ་ཚོས་ཉམ་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཤུལ་འཛིབ་ཀྱིན།

རུས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཅ་བ་ནས་ཐོས་ཆར་ལ་ཉེ། ད་ནི་ཁྱེད་རང་ནད་པ་མ་ཡིན་པའི་ནད་པ་
ཞིག་སྟེ། སྤྱན་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱན་པ་ཞིག་གིས། བཤའ་བཅོས་རྩལ་མ་ཞིག་གཏོང་གིན་ཁྱེད་ཀྱི་
ཡང་དག་པའི་སྒོ་བ་དང་མཆིན་པ་མཁལ་མ་ནས་བཟུང་བཞེ་བོ་རྒྱག་གིན་མཆིས། བ་ལྷལ་
ལགས། ད་ནི། དཔལ་ཁྱེད་རང་འདྲ་ཡང་། མཐོང་གིན་མཐོང་གིན་སེམས་པ་འདི་ཏ་ཅང་སྟོ།



དགོན་མཆོག་ལ་གཏམ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན།

བསྟན་འཛིན་ཉེ་མ། རིག་གནས་གསུམ་ལ།

དགོན་མཆོག་ལ་གཏམ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན། ལྷན་བསྐྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ལོ་ལྷེ་བའི་བདག་གི་
སེམས་ཁོང་གི་མིག་རྒྱ་རྒྱུ་ལོ་དེ་ཁྱེད་ལོ་ན། དགོན་མཆོག་ལགས། བདག་གིས་ཁྱོད་
ལ་ཁྱུས་ཟེན་ལ། ཁྱེད་བཞིན་ཡོད། ཁྱེད་བར་འགྱུར། བདག་མའི་མངལ་དུ་མ་སྦྱེས་པའི་སྤྱན་རན་
སོང་གི་གནས་ངེས་མེད་གང་དུ་སྦྱེས་ཡོད་མེད་རྟོགས་དཀའ་ཡང་། ཡོད་ཆད་སྒོག་གྱུར་ཏུ་
སོང་བའི་ཁམས་གསུམ་ལས། སྒོ་བྱར་དུ་བསོད་ནམས་ཟད་པོ་ཞིག་གིས་དལ་འབྱོར་མི་
ལུས་ཟེར་བའི་མཆན་ཉིད་ཅམ་ཐོབ་བྱུང་། འོན་ཀྱང་།

དགོན་མཆོག་ཁྱོད་ལ་ཁྱུས་ཟེན་ལ། ཁྱེད་བཞིན་ཡོད། ཁྱེད་བར་འགྱུར་རོ། བདག་
ལ་དང་པོ་མི་ཆངས་ཐིག་མ་བརྒྱབ་པ་ཅི་ཡིན། བདག་མའི་མངལ་དུ་སྦྱེས་ཉིན་འཛིན་ཉིན་པའི་
བསྟན་བཅོས་ཡིན་ནམ་སྟོན་རྒྱུ་ཀྱི་འཆད་སྟོན་ཅི་ཡིན་ཆ་མ་འཆལ་ཀྱང་ཟེར་སྟོན་ལ་མི་ལོ་
བརྒྱ་བཞིར་ཟེན་དུས་ད་དུང་མིའི་གྲུབ་ཆ་མ་ཆང་བ་ཡིན་ན་བྱ་སྤྱུག་ཆ་ལག་ཆར་བ་དཀའ་ལོ་
རེད་ཟེར། བདག་དེ་ལྟར་ལས་དབང་མི་བཟང་བ་ཡིན་ནམ། ཆོགས་གཉིས་མ་རྫོགས་
པ་ཡིན་ནམ་གང་ལྟར་གོ་ལའི་ས་སྟེང་དུ་དུ་སྐད་དང་པོ་དེ་ཐོན་ཉིན་སྤྱི་བའི་ལྷེ་རྒྱུང་པོར་སོང་ལ།
བསྟོད་པའི་རྒྱུ་ལག་འཁུམ་ནས་ལྷུང་བ་དེ་དེ་རེད། ལྷན་པའི་ནས། བདག་གིས་ཞེན་ཁ་ལོག་
པའི་ལྷན་བསྐྱེད་ཀྱི་ས་ཐོན་བརྒྱུ་སོང་བ་མ་ཡིན་ནམ། དགོན་མཆོག་ཁྱོད་ལ་ཁྱུས་ཟེན་
ལ། ཁྱེད་བཞིན་ཡོད། ཁྱེད་བར་འགྱུར་རོ། ལྷན་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐེང་རྫོག་གཅིག་སྤངས་གཉིས་
སྤངས་ལ་ཟད་མཐའ་མི་འདུག

ཨ་མས་ངའི་སྤྱི་སྒོ་བཅོས་ཐབས་བྱེད་པ་དང་། ཨ་མས་ངའི་རྒྱུང་པ་བསྟོད་ཐབས་
བྱེད། ལྷན་བདག་གི་ལས་དབང་དན་ན་ཡང་། མ་མ་བཟང་པོའི་བཀའ་འདིན་ལ་སྟོབ་གྱུར་

བསྐྱོད་པའི་འབྲེལ་མཉམ་གྱི་ཤེས་རིག་ལ་བཙོན་རྒྱ་བྱུང་། འོན་ཀྱང་། གོམ་པ་རེ་རེ་སྤྲོས་
 བའི་རྒྱ་བ་ན་འབྲེལ་སྤྱོད་རེ་དང་། སྐད་ཆ་རེ་རེ་མཐུན་ཞེས་དགོད་རེ། མཉམ་བསྐྱོད་མཉམ་
 བཟའི་ཁྱིད་ན་བརྟམ་བཙོན་རེ། དེ་བས་ཀྱང་ཆེས་ཡ་མཚན་པ་ཞིག་ལ་བདག་གི་སྐད་ཆ་གོ་
 བརྟམ་འཕྲོད་པའི་ཆེ་མོ་ནམ་པ་ཆོ་ཞིང་ནང་གི་བྱམ་པར་བྱག་པ་ལྟར་རོན་གྱིས་ཤིང་སྤྲོ་
 ལྟང་གིས་ཉན་པར་བྱེད། དགོན་མཆོག་ལགས། ཁྱོད་ལ་ཁྱུས་ཟེན་ལ། ཁྱེད་པའི་ལོད་ཀྱིས་
 ཁྱེད་པར་འགྱུར་རོ། ཡོད་ཆད་དོན་ལྟག་ལ་དོན་ཐོས་གཞུས་པ་ལྟར། ཡོད་ཆད་ཀྱིས་མི་གྲལ་
 རས་ལུང་ཐབས་བྱེད་ཅིང་ལོང་བའི་སྤྱོད་ལས་ལོང་བས་བྱེད་པ་ལྟར། གྲོགས་མེད་ཁོང་རྒྱུ་དུ་
 སེམས་གསོ་ཙམ་མི་ཐོབ་པའི་བདག་ལ་ཁྱིམ་མཆོས་ཀྱི་བྱ་སྤྲུག་སྤྲུགས་པ་དེ་བདག་གི་ཅིང་
 རོགས་བཟང་ཤོས་དང་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་སྤྱོད་ལྟར་མཁན་ཁོ་གཅིག་ལྟར་ལས་སྤྱོད་ཤེས་དོན་གོ་བའི་
 མི་སྤྲུག་དག་ཆོ་གང་དུ་ཡིབ་སོང་བ་རེད། བདག་གིས་དེ་ལྟར་དགོན་མཆོག་ལ་ཁྱེད་པའི་
 ཡོད་ལ་དབང་པོ་ལྟ་ཆད་གི་མི་བྱ་ཆོར་འདི་བཞེད་ཡོད། དེ་རིང་སྐར་ཡང་དགྲན་དུས་ཀྱི་ཤིང་
 ལོ་སྐམ་པོ་མར་ལྟར་ནས་རྒྱུང་དམར་ལྟར་ལྟར་དེ་མ་བརྒྱབ་ཀྱང་། བདག་གི་སེམས་ཁོང་དུ་
 འབྲུགས་ལ་ཤོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དགོན་མཆོག་ཁྱོད་ལ་ཁྱུས་ཟེན་ལ།
 ཁྱེད་པའི་ལོད་ཀྱིས་ཁྱེད་པར་འགྱུར་རོ། ར་མཉམ་གྱི་འཛིན་གྲོགས་ཆོས་ལག་འཁྱེར་གྱི་ཤོག་ལྟེ་
 བཟུང་ཞིང་ཁ་བ་དཀར་པོའི་རང་ག་ཤེས་མཆོན་པའི་ཁ་བཏགས་དཀར་པོ་གྲོན་པའི་ཉིན་མོ་
 དེར། བཙོན་འབྲས་ཀྱི་སྤྱོད་པས་ལྷན་པུ་བསྐྱོད་ཀྱང་། བདག་མི་གྲལ་ནས་ལུང་སོང་བའི་ཉིན་
 མོ་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་གཟིགས་ཨི་བྱུང་། ཁྱིམ་ལུགས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རྟོགས་ཟེར་མཁན་ཆོས་
 བཤད་ན་དབང་པོ་སྤྱོད་ཅན་ཡིན་ཕྱིན་རྒྱུགས་ར་མ་ཟེན་ཀྱང་ལག་འཁྱེར་ཐོབ་ཟེར་གང་ལྟར་
 བདག་སྤྱོད་གང་ཀྱི་ཁྱོད་ནས་བསམ་སྤྱོད་མགོ་རྟོག་ཅིག་གཏོང་དུ་བཅུག་སོང་ལ། བསྐྱེད་དུ་སྤྱོད་
 སྤྱོད་འདི་དང་ལྟན་འཛིན་པས་ཀྱི་ཉིན་མོ་ཞིག་དཔུ་བརྟེན་ཏེ་བདག་གི་སེམས་ཁོང་ན་ཁོར་ལུག་
 ཡོད་ཆད་ཀྱིས་བདག་གི་ལུས་དང་བདག་གི་ཤེས་སྤྱོད་ལ་ཁྱིམ་དགོད་བྱེད་པ་དང་གཉིས་སུ་
 མ་མཆིས། སྐབས་དེར་སྤྱིང་ཇེ་ཅན་ཆོ་གང་དུ་འཆིབ་ཡིན། བསམ་ཤེས་ཅན་ཆོ་གནས་
 གང་ཞིག་ནས་རྒྱུང་ཆད་དུ་སོང་བ་ཡིན། བདག་གི་དགོན་མཆོག་ལགས། །

འགྲོ་བ་མི་འདི་སྤྱོད་ཚུ་ལ་ངོ་མ་ལ་རྒྱ་ས་ལོན་བྱས་པ།

རྩོམ་པ་ལུ་ རིགས་གནས་གསུམ་པ།

འགྲོ་བ་མི་རྣམས་ནི་ལུས་ཀྱི་གྲུབ་སྐྱེད་ཀྱི་ཆ་ནས་མཆོ་བ་དང་སྤྱིར་མོ་མེད་ཀྱང་
གཙན་གཟན་བཞིན་ཤིང་མར་ཟ་ཞིང་སྲོག་དམར་འཕྲོག་ཁོང་ཁྱོད་དང་། ང་རྒྱལ། འགྲན་
སེམས་དང་སྤྲུག་དོགས་ནི་སེམས་ཚན་གཞན་ལས་ལྷག་ སྤྲུག་རྩལ་ཤོད་པའི་སྤྱི་ལྟེ་བདེ་
ཞིང་། གཡོ་རྒྱ་དང་བསྐྱེད་བྱེད་པའི་རིག་པ་ནི་སེམས་ཚན་གཞན་ལས་དགྲ་འགྲུར་དུ་སྤྱང་
། ཉེན་མི་དལ་ཞིང་མཚན་མི་ཁོམ་པར་རང་རྒྱལ་གཞན་པན་ཁོན་ལ་བཙོན་ཞིང་། མཐོ་བ་
ལ་སྤྱོལ་ལད་དང་ངོ་དགལ། མཉམ་པ་ལ་སྤྲུག་དོགས་དང་འགྲན་སེམས། དམའ་བ་ལ་བརྟམས་
བཙོན་དང་མཐོང་རྒྱུ་གང་ལུས་བྱེད། གཞན་ལ་མགོ་སྐོར་དང་བསྐྱེད་བྱེད་བཞིན་དུ་དག་
ནས་བྱང་བདེན་དང་ལྷག་བསམ་གཞན་པན་དང་བྱས་པ་བཅེ་སྤྱིར་རྩེ་སོགས་བཞིན་གང་སྤྱབ་
བྱེད། རང་ཉིད་ཀྱིས་འཛིན་ཏེན་གྱི་མ་རབ་དན་དགྲ་ཡོད་ཆད་འཁྲབ་ཀྱང་ད་དུང་ལ་རབས་བཟང་
སྤྱོད་ལྡན་པའི་ཞི་དུལ་བག་ཡོད་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་ཚུ་ལ་ལྡན་ཆད། ལ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དང་
འགལ་བའི་ལས་དོན་གང་མང་མང་བསྐྱབས་ཤིང་ད་དུང་མ་འགྲིག་པའི་མ་མཐུན་པ་ཡོད་ཆད་
སྤྱི་ལོ་གཞན་གྱི་མགོ་ལ་གཡོགས། གཞན་ལ་བཅེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ད་དུང་ཤིང་སོགས་ཡོད་
མདོག་གིས་ངོ་གདོང་འཕྲུམ་ཤིག་ཤིག་སྤྱོན་ནས་དེའི་རྒྱ་བ་ལོགས་སུ་རང་དོན་ཡོད་ཆད་སྤྲུལ།
མདུན་ནས་སྤྲུག་དུས་བཟང་རབས་ལག་རབས་བསྟོད་པ་ཆོག་མི་སྤྱབ་པ་བྱེད་ཅིང་རྒྱ་བ་ལོགས་
ནས་སྤྲུག་རབས་དང་ངན་རབས་བཤད་ནས་དམའ་འབེབས་དང་སྐྱོག་བཤད་བྱེད། བསྟོད་པ་
བྱེད་མཁན་ཡོད་ན་དགའ་ཞིང་སྤྲད་པ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་རང་ལུས་གང་སྤྲོགས་ཀྱིས་གཞོད་
པ་བྱེད། རང་གི་དགའ་སྤྲོགས་དང་མཐུན་སྤྲོགས་རྣམས་བཟང་སྤྱོད་དང་ལྷག་བསམ་ཤིས་
འཛོན་སོགས་ཡོད་རབས་ཀྱིས་དངོས་ལྟགས་གང་རུང་ནས་བཞིན་གང་སྤྱབ་བྱེད་པ་མ་ཟད་ད་
དུང་ལྷ་དང་མཁའ་འགྲོའི་སྤྱུ་ལ་པ་ཡིན་པ་ཡང་ཤོད། རང་ཉིད་དང་ལྷ་གྲུབ་མི་མཐུན་པའི་སྤྲོགས་
ཁག་རྣམས་ལྷ་ལོག་དང་ལྷས་ངན་ཡིན་པར་སྤྲ། ཆེས་མཛེས་སྤྲུག་ལྡན་པའི་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་
དང་། ཉེས་མེད་དང་ཉམ་རྒྱུང་སེམས་ཚན་རྣམས་བག་མེད་ཡོངས་སྤྱོད་དང་གཤུག་རྩལ་གཉའ་
གཞོན་བྱེད། སྤྱི་ཆོགས་ཞབས་ཞུ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ། རིག་གཞུང་སྤྱང་སོགས་
སྤྲོད་ཆ་གང་སྤྲུན་སྤྲུན་བཤད་དེ་དོན་ངོ་མར་རང་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་ལུ་ཡོད་ཆད་སྤྲུབ་གང་སྤྱབ་
བྱེད། ཐོབ་དང་གོ་ས། དབང་དང་འབྲུང་བ། ཅི་ཅམ་ཆེ་ཡང་ད་དུང་གཅིག་ཐོག་ལ་གཉིས་
གཉིས་ཐོག་ལ་གསུམ་དགོས་པའི་ཉམ་པ་དང་འདོད་ཇམ་རི་ལས་ཆེ། བྱེད་ལས་དང་རྣམ་པ་
གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཛིན་ཏེན་ལ་ཆེས་ཞིང་སྤྲད་སྤྱིས་དགོས་ས་དང་། དོགས་ཐོན་བྱེད་

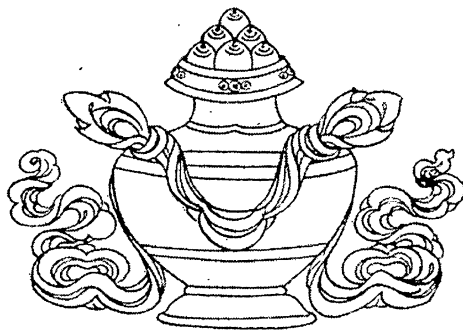
དགོས་སའི་སེམས་ཅན་མ་རུང་པ་དེ་གདོན་འདྲེ་དང་སྤྱོད་པོ་དང་མ་མོ་དང་ཐེུ་རང་སུ་ཞིག་
མ་ཡིན་པར་འགྲོ་བ་མི་རང་ཡིན་པ་ང་ཚོས་ངོས་ལེན་བྱེད་དགོས།

མི་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས་ནས་དཔྱལ་བར་བཟངས་ཤིང་།
ལྷ་ལ་གྲུས་བྱལ་འཆལ་ནས་མགོ་བོ་བཅགས་པའི།
ས་སྤྲེང་མི་ཡུལ་འདི་རུ་གཏམ་རྒྱད་མང་བས།
གོམ་པའི་འདེགས་འཛོག་བར་ནས་འཛིགས་སྤང་བྱས་ཡོད།

ཁ་ནས་འཇུག་ཁ་ཁོད་པའི་གཡོ་སྤྱོད་ཁྱུག་མ།
ཁོག་ནས་དུག་སྤྱལ་འདྲ་བའི་གདོན་འདྲེ་གསོན་པོ།
ཀར་གཉིས་མི་ཡི་ལྷན་སྤྱོད་གཤེས་ཀ་ཡིན་པ།
ལོ་རྒྱུད་བྱིས་པའི་སྐབས་སུ་ང་ཡིས་མ་རྟོགས།

མདུན་ནས་ལྷ་དང་འདྲ་བའི་སྤྱོད་པ་སྟོན་ཞིང་།
རྒྱབ་ནས་འདྲེ་དང་འདྲ་བའི་མཛད་འཕྲིན་སྤྱོད་པའི།
ས་སྤྲེང་མི་ཡི་ཚོགས་ལ་ཞེ་ཁ་ལོག་ནས།
ལུས་ཀྱི་གིབ་ནག་ལ་ཡང་སློབ་གཏད་ཉམ་སོང་།

ལྷ་ཡིས་སྤང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་གོམས་གཤེས་མཐུག་ཅིང་།
འདྲེ་ཡིས་གཞོད་པ་བསྐྱལ་བའི་གཏམ་རྒྱད་འཆད་ནས།
ལྷ་མིན་འདྲེ་མིན་ཞིག་གི་བར་སྤྲོང་འདི་རུ།
སྤྱོད་སེམས་ཅན་འདི་ཚོ་རྟོག་དྲེ་བར་མཛོད།





རིག་འཛིན་སྒྲོན་ལམ། རིག་གནས་དང་པོ།

ཆེ་བའི་འོད་དཀར་འཛུམ་མདངས་འོག་ངའི་ཀྱ་ཐུད་ལྟ་བུའི་སེམས་པ་འཇམ་རྒྱུད་
གིས་ཁྱིད་དེ། ཁང་པའི་ཡང་ཐོག་དེར་ཡང་སྒྲོར་དང་བསྐྱར་སྒྲོར་བྱེད་བཞིན་ཡང་ཡང་ལྟ་བུའི་
དུས་བདག་གིས་མཐོང་བ་ནི་ནམ་མཁའི་སྐར་ཆོག་གིས་དང་ཆེ་བ་ལས་གང་ཡང་མཐོང་མི་སྲུབ།
འོན་ཀྱང་། དས་སྤྱིང་འཇགས་ཀྱི་སྒྲོང་ནས་འོད་ཆེས་ཆེས་ཀྱི་སྐར་ཆོག་གིས་ལ་ལྟ་བུའི་ཆེ་
དེ་ནམས་ནི་སྒྲོ་སྒྲོང་ལྟར་པའི་ཁྱིམ་ཆང་ལྟ་བུའི་འོད་ལམ་ལམ་དུ་འཕྲོད་དུས། བདག་དང་ཨ་མ་
གཉིས་ནི་གནས་འདིར་ལྟན་འཛོམས་མེད་པར་བལ་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ་སྙམ།

ཨ་མ་ལགས། སློབ་གྲོགས་མོ་མོ་ཡོངས་ནི་རང་རང་གི་སྤྱན་མཆེད་དང་ནང་མི་གྲོགས་
མོ་མོ་ལ་ཐུག་འཕྲད་དུ་བྱིན་ནས་དག་འཕྲོད་དེ་རང་ནས་འཛུམ་དཔུལ་མངོན་བཞིན་བྱིར་སློབ་
གྲར་སླེབས་ཡོང་དུས་བདག་གིས་འབྲས་སྐྱ་རྩ་ལི་ཡང་མ་རེག་པར་སྒྲོང་ལྟར་ལྟར་དུ་གཅིག་
ཤུར་ཁང་པའི་ཐོག་ཏུ་འབྱེལ་དུས། བཞུགས་དང་འཕོད་ས་ནི་ཁྱིམ་ཁོ་ན་ལས་མི་འདུག
ཨ་མ་ལགས། ཆ་སྤྱག་དང་གྲང་རར་ཆེ་བའི་མི་ཡུལ་ས་མཐའ་འདི་ནས་ཁྱིད་ཀྱིས་

སྤྱིན་པའི་བྱམས་པའི་བརྩེ་བ་དང་ལ་རབས་སྒྲོད་བཟང་སོགས་སེམས་གདུང་གངས་མེད་ཁོག་
ལ་ཉར་ནས་སྒྲོད་བཞིན་ཡོད། ང་ལ་ནམ་ཡང་སྒྲོ་སྤྱག་གི་དུ་འཕོད་བྱེད་ས་དང་ཁེར་རྒྱུད་གི་རྒྱ་
བཞིན་ཡོད་པའི་གནས་ལུགས་སུས་རྟོགས་ལ་སུས་ཤིས།

ཨ་མ་ལགས། ཁྱིད་ཀྱི་ང་ནམ་ཡང་མི་ཡུལ་འདིའི་གཉིང་མཐའི་སྤྱབས་ཁ་ཞིག་ན་ངེ་
ལྟར་ཉམ་རྒྱུད་གི་སྒྲོ་ནས་འགྲུལ་པའི་རྒྱལ་མཐོང་ངམ། སེམས་ངལ་གྱི་མནར་བའི་སྒྲོ་ལྟར་ལྟར་
གི་མི་ཡུལ་འདི་ནས། ངའི་ཅི་ཡང་བྱུང་མི་འདོད་ལ། ཅི་ཡང་གྲེང་མི་འདོད། དེའི་རྒྱུད་ཀྱིས་ནམ་
རྒྱུན་ང་ལ་སྤྱོ་བ་ཏ་ཅང་ཉུང་། ཨ་མ་ནམ་ཞིག་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་རྒྱུར་ཞིག་ནས་དེད་གཉིས་
མཉམ་དུ་འཛོམས་ནས་ཞིམ་མངར་གྱི་ཟས་བཅུད་ལ་རོལ་སྤྱབ་བམ།

ཨ་མ་ལགས། ང་ལ་ཅི་ཡང་མེད་ལ་ཅི་ཡང་མི་མཁོ། སེམས་རྒྱུད་དམར་པོ་འདི། ལ་
རབས་སྒྲོད་བཟང་འདི། ཉམ་རྒྱུད་རྒྱལ་མཐུན་འདི། བྱམས་བརྩེ་མངར་མོ་འདི་དག་ནི་ངའི་རྒྱ་
ཁོར་ཡིན་ལ་ངའི་མི་ཆེ་ཡང་ཡིན། ཨ་མ་ལགས། བསྐྱེད་དང་ཆགས་སྤང་གི་མི་ཡུལ་འདི་རྒྱ་
རྒྱལ་འཆོས་དང་སྒྲོག་གཡོ་ཡོད་ཆད་ཡོལ་ནས། ཁེར་རྒྱུད་གི་ཉམ་རྒྱུད་དང་དབུལ་པོངས་ཀྱི་
འཕྲོར་སྤྱག་འཁུར་ནས་གོ་ལ་རྒྱུམ་པོ་འདིའི་བྱ་རྒྱུར་ཞིག་ནས་ཁྱིད་ལ་མཇལ་ན་འདོད། ཨ་

འཕྲིན་ལྷན་གྱི་ཐུགས་སྒྲུབ་

སོག་ལྷན་གྱི་ཐུགས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐུགས་སྒྲུབ་

ང་རང་ལ་མ་གཞིན་ཉེ་སོགས་དང་ལྷན་དུ་སྒྲིག་སའི་རི་ཁྱོད་ཆུང་ཆུང་དེའི་མིང་ལ་སོག་
ར་ཏ་ཁྱོད་ཆོ་བྱུག་པ་ཞེས་འབོད་ཀྱིན་ཡོད། ང་ལྷན་མཆེད་མཉམ་དུ་རི་ཁྱོད་སྐང་ལ་ཇི་ལོར་
འགོ་བ་དང་སྐབས་འགར་ང་གཅེན་པོའི་མཉམ་དུ་རོང་པར་བྱིན་ནས་ཞིང་ཁར་ཆུ་གཏོང་བ་
དང་ལུད་ཀྱུག་པ་སོགས་མདོར་ན་རོང་འགོག་གཉིས་ཀར་འཆོ་བའི་ཉེན་གཤི་བྱས་ནས་སྒྲིག་
ཀྱི་ཡོད། ང་རང་ལོ་བདུན་ཅུ་མ་སྐྱེས་མེས་ཇོང་མི་མང་སྤིད་གཞུང་གིས་ང་ལྷན་གྱི་བདེ་ཐོ་
ཞེག་ངའི་རི་ཁྱོད་ཆུང་ཆུང་གི་འགོ་བྱེད་ལག་ཏུ་འབྱོར། ཉེན་ལས་བྱིན་པར་ཁྱོད་ཆོ་བའི་འགོ་བྱེད་
དེས་བྱིས་ཆང་བྱིས་བདག་ཆང་མ་ཆོགས་འདུ་སྐྱོང་ཆོགས་བྱས་ཇི་སྐྱིམ་ཆང་རེ་ནས་ལྷན་
གྲུ་ལོ་བདུན་ནས་བཅུའི་བར་གྱི་ཨ་བ་ཆང་མ་ཇོང་མི་མང་སྤིད་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་
ལྟར་སློབ་བྲལ་ལ་བསྐྱོད་དགོས་པའི་བཀའ་བཏང་སོང་།

གལ་སྤྱིད་དེ་དང་འགལ་བའི་རོ་ལྟ་རྒྱུ་ལོག་བྱས་ཆོ་བྱིས་ཆང་རེ་ལ་ཉེས་ཆད་ནན་པོ་
གཙོད་རྒྱུའི་བཀའ་རི་གཟར་གྱི་རབ་རྟོ་བཞིན་འགྲིལ་ཡོང་དུས། བྱིས་བདག་ཆང་མ་རེ་ཞེག་
ཁུར་ཟེང་རང་པན་ཆུན་སྐྱོད་ཆའི་ནང་དུ་ངའི་བྱ་སྐྱོད་སློབ་བྲལ་ལ་བཏང་ན་ཐོག་ཇི་ལུག་ཇི་སུས་
བྱེད་ཏེ་དང་པེ་ལུ་སུས་འཆོ། གལ་སྤྱིད་བཀའ་མ་གཙོག་པར་སློབ་བྲལ་གཏོང་དགོས་བྱུང་ན་
ཇི་སྐྱོད་པེ་ལུ་སྐྱོད་པའི་མི་ཉེད་ཞེག་ཆགས་རྒྱ་རེད་ཅེས་ཁྱོད་ཆོ་བའི་མ་ཆོས་ཉེན་ལས་
རིང་བཞེད་གཤི་གཙོ་པོ་ཞེག་ཏུ་བྱུར། དུས་སྐབས་དེ་ཅུ་ཞེག་ལ་ངའི་མ་ཆོས་ཉེན་ལས་
ཁ་ཁོས་སློབ་པེ་ལུ་སྐྱོད་པའི་མང་བྱས་ཇི་སྐྱོད་པར་སློབ་བྲལ་གཏོང་རྒྱུའི་ཁོས་ཐག་བཅད་ནས་ངས་
གསལ་བྱེད་སུས་ཏུ་སྐྱོད་སྐྱོད་བྱེད་པའི་འགོ་བཙུགས་ཡིན།

ང་ལ་ཨ་མས་བྱ་ཁྱོད་རང་ལ་ལགས་བཞིན་ཀ་གཡག་ཅུ་འབྲི་ཡང་མི་ཤེས་པའི་རྒྱན་
པོ་ཞེག་མི་བྱེད་པར་སློབ་བྲལ་མཐའ་འཁྱོལ་བ་ཞེག་བསྐྱོད་དགོས་ཞེས་བསྐྱེད་བྱ་དང་བསྐྱེད་པ་
གནང་སོང་། ཨ་མས་བཞེད་དོན་ལ་ངའི་ཀ་རོ་ཅེ་པོ་ཤེས་ཅུ་བྱུང་བ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་བསོད་
ནམས་ཡིན་བསམ་བཞིན་ཡོད། བྱ་ཁྱོད་རང་ཡང་ཨ་མས་ལས་ཞོར་ལ་ཡི་གེ་འབྲི་སྐྱོག་རང་
རྒྱ་འཕེར་བ་ཞེག་བཙོ་རྒྱུའི་འདུན་པ་ཡོད་ཚུལ་གསུང་སྟེང་བ་མ་ཐད་སློབ་བྲལ་ནས་བཟང་པོ་
སུས་ལྷན་གྱི་དཔེ་བཟང་སློབ་པ་ཞེག་གི་གཟེངས་ཉགས་ལེན་སྐབས་པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཚུལ་
ཡང་གསུང་སྟེང་། དེ་ནས་བཟུང་ངའི་སེམས་ལ་དགའ་སྐྱོའི་ཆོར་བ་བྱུང་འབྲེལ་དེ་གཞན་ལ་
འགྲོལ་བ་རྒྱག་རྒྱུའི་དགའ་ངལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

ང་རང་ལོ་བདུན་གྱི་བར་དུ་རི་ཁྲོད་དེར་སྤངས་ཐོག་ཏུ་རྩ་ཅི་ཐོག་གི་རི་བསུང་རོལ་
 ཞིང་ལྷག་པེ་ལུ་ལྷག་ལ་ཅེད་ཐོག་གས་བྱས་ནས་འཆར་ལོངས་བྱང་། དེ་དུས་ང་རང་ལ་མཚུངས་
 ལྷག་ལུང་སྒྲུབ་པོ་ལྷེ་བལྟགས་བྱས་ནས་གཙང་མ་བཟོ་སྤྱང་བའི་བྱིས་པ་བསམ་མེད་ཅིག་
 རེད། ངའི་རི་ཁྲོད་གི་གཡས་གཡོན་དུ་དྲངས་གཙང་གི་ཚུ་རྒྱུན་གྱི་ཤག་སྤྲ་དང་། ལྷན་
 འཛེབས་ཁྱེད་ལྷག་གི་གསུང་དབྱངས། ལྷ་ཐང་འབྲེ་མོའི་དུར་སྤྱ། གཡལ་གྱི་ཁྲོད་དར་མའི་ངར་
 སྤྱ། གཡལ་དཀར་ལྷག་གི་འབའ་སྤྱ། གྱི་ལིང་རྩ་པོའི་འཆར་སྤྱད་སོགས་ཞིན་ཏུ་སྤྲོད་པའི་སྤྱ་
 སྤྱད་གིས་ཡོངས་སུ་ཁྲེངས་ཡོད། ལྷན་སྤྲུམ་ཆོག་གས་པའི་རི་ཁྲོད་དེར་མི་རྒྱུས་ཀྱི་སེམས་པ་
 སྤྱིད་གིས་ཁྲེངས་ཞིང་། གདོང་ལ་འཇུག་གིས་གང་། བན་ཚུན་ནང་འདུམ་ཞིང་། ཁྲོད་པ་
 ཁྲིམ་མཆོས་བར་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་བྱམས་ཅེས་སྤྱེལ་བས་འཁོན་འཛིན་དང་འཁྲུག་ཅོད་ཅུང་།
 ལས་དབང་ཞིག་གིས་ངའི་རི་ཁྲོད་དང་སྤྲོད་མཆོད་གཉེན་ཉེ་ཡོད་ཆད་རྒྱལ་ལ་བཞག་ནས་ཆ་
 རྒྱུས་མེད་པའི་སྤྱེ་བོ་མང་པོའི་མཉམ་དུ་གཤེབ་དགོས་དུས་ངའི་སེམས་ལ་དངངས་སྤྱག་གིས་
 ཁྲེངས་ནས་མཆོམས་རེ་འདར་སིག་ཀྱང་རྒྱག་ཡོད། གང་ལགས་ཞེ་ན། དེ་སྤྲོད་པའི་རྒྱང་
 མང་པོའི་མཉམ་དུ་འཕྲོག་སྤྱང་མེད་པ་མ་ཟད་ན་རྒྱང་བརྒྱ་མེ་རྟོག་འདྲ་བ་ཁ་ཤས་གིས་ཟུར་
 མིག་རེ་བལྟས་ཇེས། འཕྲོག་སྤྱག་ལྷ་བ་དཀར་པོ་ཅན་གྱི་སྤྲོད་སྤྱགས་ཞེས་བརྗོད་ནས་ང་
 ལ་མཐོང་རྒྱང་དང་བྱང་གསོད་མི་བྱེད་དམ་སྤྲོད་པའི་ཆོར་བ་སྤྱེས་ཡོད། དེ་སྤྲོད་པའི་ང་
 གཅེན་གཙང་མཉམ་དུ་སྤྲོད་དུས་ཡོད་ཆད་གྱི་མགོ་བྱས་ནས་ངའི་གོང་དུ་པ་མ་གཉིས་ལས་
 བལ་ཆེར་སྤྱེ་མེད་ཅེས་བརྗོད་ན་མ་འགྲིག་པ་མེད། ད་ལྟ་ངས་གསལ་པོ་བྲན་གསོས་པ་ཞིག་
 ལ། ཉེན་ཞིག་གི་ཞོགས་པ་སྤྱེ་རེངས་ཤར་ཁད་ལ་ཡར་ལངས་ནས་རྫོང་ཐོག་ལ་འཕྲོ་རྒྱ་སྤྱ་
 གོན་བྱས་ནས་ཨ་མས་ཞོགས་རེ་མར་དང་བྱུར། རྩམ་པ་སོགས་ཁྲིར་ནས་ཨ་མས་ང་ལ་ས་
 ཐག་རིང་པོ་ལ་འཕྲོ་དགོས་བས་ལྟོ་རྒྱག་ཅིག་གིས་ཟེར་ནས་མགོ་ལ་བྱེལ་བྱེལ་བྱེད་ཞོར་སྤྱོད་
 སྤྱོད་ལག་པོ་གིས་དགོ་ཆན་གྱི་ཁ་ལ་ཉོན། འཁྲུག་འཛིང་མ་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་ཞོར་མགྲིན་
 པ་མཆི་མས་བརྒྱངས་ཞིང་མིག་གོང་མཆི་མས་ཁྲེངས་སོང་། དེ་དུས་ང་རང་ཡང་མཆི་མ་
 འཁྲུང་སྤྱང་ནས་འགྲེལ་ཞིང་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་སོང་། དེ་ནས་བཟུང་ངའི་རི་ཁྲོད་རྒྱང་
 རྒྱང་དང་། ཅེད་ཐོག་སོགས་མི་ལམ་ནས་མཇུག་བཅས་གཏོགས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་བྱ་རྒྱང་ཐག་གི་
 བར་དུ་ཆོད་སོང་།

བླ་མེད་ཀྱི་པང་ནས་འཆར་ཡོངས་རྒྱས་པ་ནས་བཟུང་ངས་གཡང་དཀར་ལུག་ལྷུ་འཇིག་སྲུ་བསྟེགས་ཤིང་ཕྱ་མེད་ཅ་ཐང་གི་གཞུང་ནས་ལུ་གྲུ་འཆོས་ཏེ་འདུག་སྐབས་རྒྱ་འཇིག་མོན་པོས་བདག་ལ་ཤ་ཆ་ནས་སྤྱོད་དཀར་གྱི་འདབ་མ་ལེབ་མོ་ཞིག་གིས་ཉི་མའི་ཆ་གདུང་བཀག་སྟེ་གྲིབ་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་དལ་གྱིས་གཡོགས་སོང་ལ་མཐའ་ཡས་པའི་ཅ་ཐང་ནས་ཡང་ཆོ་ངོམ་བཞིན་པའི་སྤང་རྒྱན་མེ་ཏོག་དག་ཀྱང་བདག་ལ་མགོ་པོ་ལྷེས་ལྷེས་བྱེད་བཞིན་ཞིས་མངར་ལྷན་པའི་ངི་བསྐྱང་འཁྲལ་ཡོང། ལུག་ལྷུ་དེ་དག་མེ་ཏོག་གི་གསེང་དུ་ཐང་ཐོང་བཀྲས་པའི་ཚུལ་ལ་བསྟུས་ན་སྤྱོད་དཀར་གྱི་འདབ་མ་ཅ་ཐང་དུ་སྤྱང་བ་དང་ཀྱན་ནས་མཚུངས། ཇིས་བཞིན་ཏེ་བདུན་དབང་པོ་གདུང་པོ་ཞིག་གིས་ལ་མོ་བརྒྱལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་རུབ་ཇིའི་ཅེ་ནས་དལ་གྱིས་ཡལ་ན་ཡང་དམར་མདངས་རྒྱས་པའི་མཆོམས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོང་ནས་ཤར་ཇིའི་སྟོ་ལ་སེར་སྤང་སྤང་ཞིག་འཕྲོས་པ་དེས་ལུག་ཇི་རྣམས་ལ་ལུག་ལྷུ་བསྟུས་ཏེ་རང་བྱིམ་དུ་ལོག་རན་པའི་བརྟ་བཏང་པ་དང་འདྲ། ལུག་ཇི་ཡིས་ལུག་ལྷུ་དེ་དེ་ནང་དོན་མི་གསལ་བའི་སྤྱུ་དབྱངས་སྟུན་མོ་ཇི་ལེན་བཞིན་སྤྲང་ཆོགས་ས་ལ་ཤར་འདྲ་བའི་གཡང་དཀར་ལུག་ལྷུ་རྣམས་ཀྱང་རང་

ཡུམ་བྱས་ཏེ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་ལ་སླེབས་ཡོད། ད་དུང་ཡང་སྤྱི་མཐུན་དུ་རྒྱུ་ཆེན་མོ་ལ་ཡུམ་བྱས་མཐོང་སྐྱབས་ཀྱི་ཡུམ་འདི་ནས་ཤེས་རིག་གི་རྒྱ་མཚོ་བསྐྱེད་ཏེ་ཞི་བདེའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཐེགས་མ་འཁྲོ་བ་ཀྱན་ལ་འཛོམས་དགོས་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་རིན་ཐང་བཟུང་བའི་སྟོན་བཅུད་ཡོད་ཆད་སྐྱོ་སྟོ་ལ་བྱེན་ན་གལ་འབྲིག་མ་ཡུམ་ལགས་གངས་ལྗོངས། རྒྱུ་ཆེན་མོ་ལ་མ་ཡུམ་ཁྱེད་ཀྱི་པར་ན་འཆོ་སྟེ་རིག་པའི་སྟོང་གི་རྒྱ་མཚོའི་ནང་སྟོ་བྱོས་ཀྱི་རལ་གྱི་བརྒྱུ་ནས་སྐྱོ་དག་གི་མགོ་བོ་བཅད་དེ་གནས་འདི་ནས་ཞི་བདེའི་ཐེགས་མ་འཁྲོ་སྐྱབས་ཀྱི་མཁའ་ལ་གཏོར་དགོས་པས་མ་ཡུམ་ཁྱེད་ཀྱིས་རྒྱུ་ཆེན་མོ་ལ་འཆོ་སྟེན་ཞིག་མ་བཞག་ན་གལ་འབྲིག་།

ད་དུང་ཡང་སྐྱོ་སྟོ་དེ་དག་གིས་གཏོར་འདོན་བཅུག་ན་རྒྱུ་ཆེན་མོ་ནས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་གལ་ཡུམ་མཛོད། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ལ་འཇགས་སྐྱབས་རྒྱལ་རྒྱུ་ཆེན་མོ་ལ་མ་ཡུམ་སྐྱབས་བཅོལ་གྱི་ཡུམ་འདི་ནས་ན་ལྷན་བཅུན་པོའི་སྐྱེས་པས་དུ་འཕྱར་བཞིན་སྐྱོ་སྟོ་ལོང་ལོང་གི་མཁའ་དབྱིངས་དེ་མཐོང་དུས་མ་ཡུམ་ཁྱེད་ཀྱི་སྟོ་ཐིང་ཐིང་གི་ནས་མཁའ་དེ་དཔྱད་འོངས་ལ་ཁྱི་རན་དང་སྟོག་མ་འདེས་པའི་རྒྱགས་ཆུ་རེར་སྐྱབས་ཀྱིས་གཙང་ཞིང་ཡོད་དུ་འོང་བའི་མ་ཡུམ་ཁྱེད་ཀྱི་བཙེ་སེམས་དག་ཀྱང་ཡོད་ལ་ལྷན་སྐྱེས་དུ་དཔྱད་ནས་ཡོད། མ་ཡུམ་ལགས་གངས་ལྗོངས།





མཁས་པའི་ལོགས་བཞད།

གེས་ལོན་ནི་ཅ་ཅེན་གྱི་མ་ལས་ཕྱིར་ལོ་བཅུ་མ་བ་ཡིན།

རིག་གནས་ནི་མ་ལས་ལས་འཁྲོམ་པའི་གཅི་ཚོད་ཡིན།

ཁྱ་ཁར་གྱི་རྒྱ་རག་བ་ཤེ་གོར་གྱིས།

དུས་ཚོད་མེད་ཕྱོད་མཁས་པའི་ཕྱེ་ལོ་ཚོར་དུས་ནས་ཡང་དུས་ཚོད་ལྷག་ས་ཡོད་པེས།

ག་ཉེས་ཤིས།



གཞུང་།
 འགྲོ་བུ་མ་ལོང་དང་འབྲུག་མ་ལོང་གི་མཚན་པོ་ལ།
 མཚན་པོ་ལ་མོད་མེ་འདྲ་བའི་ས་མཚན་ལྟར་ལ།
 མོད་ཀྱི་འཕྲུག་གཞུང་འབྲུག་མཚན་ཞིང་ཆ་ཆེ་བ།
 དང་ཆུས་ཆེ་ཞིང་ཀུན་ལ་ལྷན་པ་ལོགས་ཀྱི་འབྲུག་མཚན་པོ་ལོན།